సిద్ధయోగ గ్రంథమాల చతుర్థపుష్పము :

ఓమ్ 



# దేవాత్మశక్తి



# DEVATMA SAKTI

ఆంగ్లమూలం

**పూజ్యశ్రీ 1008 స్వామి విష్ణుతీర్థజీ మహరాజ్‌వారు**

ప్రకాశకులు

**శ్రీసిద్ధ యోగాశ్రమము**

**శ్రీశైలం - 518 101**

మూల్యం రు. 25/-

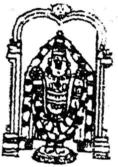
ప్రచురణ :

విభవ శ్రీరామనవమి
1988



ముద్రణ :

రాఘవేంద్ర ప్రింటింగ్ వర్క్స్
విజయవాడ – 11



ఈ గ్రంథము

శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి వారి

కృపాకటాక్షవీక్షణముల వలన

తిరుపతి-తిరుమల దేవస్థానము వారి

ఆర్థిక సహాయముతో

ముద్రించి, ప్రచురింపబడినది.

# రెండు మాటలు

మానవజన్మ కడు దుర్లభమైనది. మానవజన్మ లక్ష్యము కైవల్యము. కైవల్యప్రాప్తికై యోగజ్ఞాన మార్గముల నాశ్రయించవలసియున్నది.

శ్లో. మంత్రోలయో హఠో రాజయోగోఽన్త భూమికాః క్రమాత్
ఏకఏవ చతుర్ధోయం మహాయోగోఽభి దీయతే.

భా. మంత్ర, లయ, హఠ, రాజ యోగములు ఏ యోగమునకు క్రమముగా యంతర్భూతములై యున్నవో, ఆ యొక్కటే మహాయోగము. చతుర్విధ భేదములతో చతుర్యోగములుగా పిలువబడుచున్నది.

కేవలము యోగము వలనేగాని, కేవలము జ్ఞానమువలననేగాని కైవల్యము ప్రాప్తింపదు.

శ్లో. యోగ హీనం కథం జ్ఞానం మోక్షదం భవతీహచోః
యోగోఽపిజ్ఞాన హీనస్తునక్షేమో మోక్షకర్మణి.
తస్మాజ్ఞానంచ యోగంచ ముముక్షుర్దృఢమభ్యసేత్.

భా. ఓ బ్రహ్మ ! యోగములేక ఈ జగత్తునందు జ్ఞానము ఏ విధముగా మోక్షమివ్వగలదు! యోగము కూడా జ్ఞానము లేకుండా మోక్షము నివ్వజాలదు గాన ముముక్షువులు జ్ఞానయోగముల రెంటిని దృఢచిత్తముతో నభ్యసించవలయును.

మనప్పవందలి కోలాహలము ముదగనిదే సాధనయందు స్థిరత్వము చిక్కుట దుర్లభము

శ్లో. మూకం కరోతి వాచాలం పంగుం లంఘయతే గిరిమ్.
యత్కృపా తమహం వందే పరమానందమాధవమ్.

భా. ఎవనికృపా కటాక్షముచే మూగవాడు మాటకారి కాగలడో కుంటివాడు పర్వతములు దాటగలడో అట్టి పరమానందమూర్తి మాధవునకు నమస్కారములు. మాధవుని కృపకలిగినపుడే జడునకు మోక్షముపై యపేక్ష కలుగును. భగవానుడే జడులనుద్ధరించు తలంపుతో గురురూపమున యవతరించినారు.

శ్లో. గురు బ్రహ్మ గురువిష్ణుగురుదేవో మహేశ్వరః
గురు దేవ పరబ్రహ్మ తస్మైశ్రీ గురవేనమః

సాక్షాత్తు భగవద్రూపమున మనముందున్నవారు గురుదేవులు. సాధనయందుతగు సమయమున చక్కని శిక్షణ నొందుటకు శ్రీ చరణముల నాశ్రయించవలసి యున్నది. శ్రీ శివసూత్రకారుడు "గురోర్వోపాయ" మే సరళోపాయమని తెలవిచ్చిరి.

సాధకుని యందు నిద్రాణమైయున్న శక్తిని చైతన్యవంతము చేసి చిశ్శక్తిగా రూపాంతమొందింపగల సమర్థులు శ్రీ గురుదేవులే. వాస్తవమునకు శక్తి జాగరణ యనంతరమే సాధన ప్రారంభమగును. అతః పూర్వము జరుగనదంతయు సాధన స్థరమును చేరుటకు మాత్రమే. సమర్థులగు గురువులు శిష్యులకు శక్తిపాతదీక్ష నిచ్చి శక్తిని చైతన్యవంతము చేయుదురు.

అస్మద్పరమ గురుదేవులు శ్రీశ్రీశ్రీ 1008 స్వామి విష్ణుతీర్థులవారు ఈగ్రంథమున మహాయోగ సాధకులకు యత్యంతోపయోగకరమైన విషయములను తెలిపిరి. పరమ దయాళువులగు శ్రీ గురుదేవులు శ్రీశ్రీశ్రీ 108 స్వామి శివోంతీర్థుల వారు కృపతో

యాశీర్వదించి మమ్ము నిమిత్తముగా పెట్టుకొని ఈ తెలుగు గ్రంథమును మీకరకమలముల కందించుచున్నారు.

ఈ గ్రంథమునకు తెలుగు రూపమిచ్చుటకు శ్రీ K. రామచంద్ర రావుగారు ఎంతయో శ్రమపడిరి. సర్వాంతర్యామియగు శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామివారి కృపాకటాక్షముతో తిరుపతి-తిరుమల దేవస్థానమువారు దయతో నొసగిన ఆర్థికసహాయముతోనే ఈ గ్రంథము మిమ్ము చేర గలిగినది.

ఈ గ్రంథమున గల దోషములను సహృదయులు మాకు తెలిపిన మరుముద్రణలో సరిచేయించ గలము.

ఈ కార్యమున మాకు పూర్తి సహకారమిచ్చిన రాఘవేంద్ర ప్రింటింగ్ వర్క్స్ వారికి మా ఆశీస్సులు.

ఓమ్ తత్సత్

సిద్ధ యోగాశ్రమం.
శ్రీశైలం.
26-3-80.

స్వామి సహజానందతీర్థ

# విషయసూచిక

ఈ గ్రంథరచయిత

శ్రోత్రియ బ్రహ్మనిష్ఠులు బ్రహ్మజ్ఞాతలు

# శ్రీ శ్రీ శ్రీ 1008 స్వామివిష్ణుతీర్థులవారి

# జీవిత సంగ్రహము

పరమపావనమైన యుత్తర భారతావని యందలి హరియానా రాష్ట్రమునగల రోథక్ జిల్లాలోని జజ్జరు గ్రామమందలి శ్రోత్రీయ బ్రాహ్మణ వంశమున 1888వ సంవత్సరమున అక్టోబరు మాసమందు వీరు జన్మించిరి. మాతాపితరులు వీరికి మునిలాల్ స్వామియని నామకరణముచేసిరి. వీరు చిన్ననాటినుండి ధార్మిక, యాదిక, యాధ్యాత్మిక భావములు కలిగి తత్సంబంధ సాధనలు చేయుచుండెడివారు. వీరు విద్యార్థిగా యున్న సమయమున ఒక విద్యార్థి వసతిగృహమున యుండెడివారు. ఒక దినము రాత్రి విశ్రాంతి సమయమున దివ్యతేజస్సు గల యొకగుండ్రని యగ్నిశిఖ వీరిపైపు పయనించి వీరిలో లీనమయ్యెను. తదాది వీరి శరీరమునందు కంపనము, ప్రమత్తత, నగవులు, శ్వాసనిశ్వాసలు లేవి స్థితి ప్రయత్నము లేకయే వచ్చుఅరపులు బహిర్గతములయ్యెడివి. వీటన్నింటి యొక్క మర్మమేమో తెలియక అయోమయ స్థితి యందుండెడివారు మెట్రిక్యులేషన్ పరీక్ష నిచ్చిన తదుపరి, నాగపూరునందు రైల్వే వుద్యోగము చేయుచున్న మేనమామ యింటనుంటి చదివి పట్టభద్రులైరి. గృహస్థాశ్రమము స్వీకరించిన యనంతరము బిలస్పూర్ (M.P.)లో

ఉపాధ్యాయునిగా కొంతకాలము పనిచెసిరి. ఉపాధ్యాయునిగా పనిచేయు చునే ఆలిఘర్ విశ్వవిద్యాలయమునుండి M.A., L.L.B పట్టమును పొందిరి. మీరట్ జిల్లాయందలి ఘజియాబాద్‌లో న్యాయవాద వృత్తిని చేపట్టిరి.

బాల్యమునుండి వీరియందున్న యాధ్యాత్మిక బీజమునకు వీరి యోగసాధన, స్వాధ్యాయనము, సత్సంగముతోడై యంతరమున వైరాగ్యము వేరులుబారిన వృక్షమయ్యెను. న్యాయవాద వృత్తియందు ధర్మవర్తనునిగా యుండుట కష్టమని తలంచెను.

ఆ సమయమున ఘజియాబాద్‌లో శ్రీయోగానంద మహారాజ్‌వారి శిష్యులు శ్రీమెహరాగారు న్యాయమూర్తిగా యుండిరి. న్యాయమూర్తి సలహాతో వీరి సంకల్పము తెలుపుచూ శ్రీయోగానంద మహారాజ్ వారికి లేఖద్వారా విన్నవించుకొనిరి. ఋషికేశమునందుండి తన వద్ద యోగ సాధనచేసుకొనవచ్చునని వెంటనే జవాబు శ్రీయోగానందమహారాజువారు వ్రాసిరి.

ఆ సమయముననే శ్రీమునిలాల్‌స్వామి వారి యర్ధాంగి దివంగతురాలైనది. కుమార్తె, కుమారునకు వివాహములు జరిగిపోయినవి. శ్రీయోగానందమహరాజ్‌వారి పిలుపువచ్చుసరికి వీరు సాంసారిక బాధ్యతలనుండి విముక్తులై యుండిరి. సాధనకై ఋషీకేశము వెళ్ళి-చేరిరి.

ఋషికేశమునందలి స్వర్గాశ్రమునందున శ్రీయోగానందమహారాజ్ వారివద్ద శక్తిపాత దీక్షనుపొంది తీవ్రసాధన చేయుచుండిరి. తదుపరి 1933వ సంవత్సరమున హిమాలయమునందు మారుమూలలనందున్న ఋషిపుంగవుల దర్శింపతలంపుతో బదరి, కేదార్, గంగోత్రి, యమునోత్రి మొదలగు హిమాలయ తీర్థముల దర్శించిరి. 1939 సంవత్సరమున శ్రీయోగానంద మహరాజ్‌వారి ఆదేశానుసారము వారణాశిలోని సిద్ధ యోగాశ్రమ పీఠాధిపతులగు శ్రీశ్రీశ్రీ స్వామి శంకర పురుషోత్తమ తీర్థజీ మహరాజ్‌వారి వద్ద సన్యాసాశ్రమమును స్వీకరించిరి. శ్రీమునిలాల్‌స్వామి ఆశ్రమము స్వీకరించిన తదుపరి శ్రీశ్రీశ్రీ స్వామివిష్ణుతీర్థజీ గావ్యవహరించిరి. తదనంతరము ఇండోరు, ఉజ్జయిని నగరముల సమీపమున గల దేవాస్‌యను పట్టణమునందుగల జీర్ణాశ్రమమును పునర్నిర్మాణముచేసి "నారాయణకుటీ" యను పేర ఆశ్రమమును నడుపుచుండిరి.

శ్రీ స్వామి విష్ణుతీర్థమహరాజ్‌వారు శక్తిపాత సాంప్రదాయమున చాలామందికి దీక్షనొసంగిరి. శక్తిపాత మార్గవిషయకమైన శక్తిపాతము, శివసూత్ర ప్రదీపిక, సాధనా సంకేత్, ఆత్మవికాస్, ఆత్మప్రబోద్, ప్రాణతత్వము, ఉపనిష ద్వాణి, గీతాతత్వామృత్ యను గ్రంథములను హిందీ భాషయందు రచించిరి. సౌందర్యలహరి, కులార్ణవ తంత్రము మున్నగు గ్రంథములకు వ్యాఖ్య వ్రాసిరి. ఆంగ్లభాషయందు Devatma Shakti, మీ హస్తములయందున్న గ్రంథమును రచించిరి. ఈ గ్రంథము యోగజగత్తున అత్యున్నత శిఖరముల నలంకరించినది.

శ్రీవారికి గంగానదియన్న ఎక్కువ మక్కువ గలదు. ప్రతి సంవత్సరము రెండునెలలు ఋషికేశమునందు గడుపుచుండెడివారు. శ్రీస్వామి వారి శిష్యులు 1965వ సంవత్సరమున 'యోగశ్రీపీఠం'యను పేరున ఒక ఆశ్రమమును నిర్మించి, శ్రీస్వామి విష్ణుతీర్థులవారు శక్తిపాత మార్గమునందలి గురుబృందమునందగ్రస్థానము నలంకరించిరి. శ్రోత్రియ బ్రహ్మనిష్ఠునిగను, సునిశితమైన మనస్తత్వముగల వారిగను ప్రతిష్ఠనందిరి. 1969వ సంవత్సరము భాద్రపద కృష్ణ షష్ఠిన భౌతిక కాయమును వదలి బ్రహ్మీభూతులైరి.

)o(

# ఆశీర్వాదము

## దేవాత్మ శక్తి కొరకు

"దేవాత్మశక్తి" ఆంగ్లభాషలో శక్తిపాత యోగవిషయమున వ్రాసిన ఉత్తమ గ్రంథము. ఇది మన గురుదేవులైన బ్రహ్మీభూత శ్రీ **108** స్వామి విష్ణుతీర్థ మహరాజ్ ద్వారా రచింపబడినది. ఇది ప్రపంచము నందే అత్యుత్తమమైన గ్రంధము అని చెప్పినా కూడా అందులో అతిశయోక్తి ఏమీలేదు. ఈ గ్రంథాన్ని మన పరంపరకు చెందిన వారే కాకుండా ఇతరులైన గురువులు అన్యపరంపరకు చెందిన వారు కూడా పఠించుచూ ప్రశంసించుచున్నారు. శక్తిపాత సిద్ధాంత విషయంలోను, అనుభవ పూర్ణమైన ఆచరణ విషయంలోను చక్కటి వివరణ ఇందుగలదు.

స్వామీ సహజానందతీర్థుల వారు దీనిని తెలుగు, తమిళభాషలలోనికి ప్రచురించుటకు నిశ్చయించుట మాకు చాలా ఆనందాన్ని కల్గించింది ఈ నిశ్చయము సమర్థించతగినది. తెలుగు, తమిళభాషలలో లభించుట వలన ఈ దివ్య విద్య దక్షిణ భారతమంతటా అన్ని మూలలకు ప్రచారమగుటకు అవకాశము కలుగును. జిజ్ఞాసువులైన సాధకులకు శక్తిపాత విషయమునందు పూర్తి వివరణ లభించును. స్వామీజీకి ఈ విషయంలో పూర్తి సఫలత కలుగవలెనని భగవంతుని ప్రార్థించుచున్నాను. నా ఆశీర్వాదము వీరితో సదా ఉండును.

ఇంతకు ముందే స్వామీ సహజానందతీర్థులు నేను వ్రాసిన A Guide to Shaktipat పుస్తకమును ప్రచురించిరి. శ్రీస్వామీజీ ఈ విద్యయందు అధికార పురుషులు మరియు శక్తిపాత విద్యయందలి సూక్ష్మరహస్యములు కూడా తెలిసినవారు. అందువలననే ఈ పుస్తకము వలన ప్రభావితులైనవారు దీనిని ప్రచురించుటకు నిశ్చయించిరి.

ఇది కాకుండా నా ద్వారా రచింపబడిన "శక్తిపాత మార్గదర్శిని" 2వ భాగము లేక "కుండలినీ సిద్ధమహాయోగము" కూడా తెలుగువారికి అందించాలనే కోరిక శ్రీస్వామీజీకి కలదు.

శక్తిపాత-మార్గదర్శిని 3వ భాగము లేక "ఆహ్లాదినీ సిద్ధమహాయోగము"ను కూడా తెలుగునందు ప్రచురించాలనే కోరిక వీరికి కలదు. ఇవి తెలుగువారికి అందితే "శక్తిపాత" విద్య దక్షిణ భారతమంతటా పూర్తిగా వ్యాప్తినొందగలదని నమ్ముచున్నాను.

శక్తిపాతమనే ఈ విద్య ఏ సాంప్రదాయమునకు, మతమునకు దేశమునకు పరిమితమైనది కాదు. హిందూశాస్త్రములు అన్నిటియందూ గీతారామాయణము యోగదర్శనమునందూ, భాగవతమునందూ, ఉపనిషదాది గ్రంథములన్నింటియందూ కూడా శక్తిపాత విద్యారహస్యము కలదు. మరియు బైబిల్, జైనగ్రంథములు, గురుగ్రంథసాహెబ్ (శిక్కుల పవిత్రగ్రంథము) మొదలైన గ్రంథములందు కూడా "శక్తి జాగృతి" నొందు విషయంలో వివరణలుగలవు. అందు వలననే మన పరంపరలో హిందూ, జైన, ముస్లిమ్, క్రైస్తవ, శిక్కులు, బౌద్ధులు మొదలైన వారందరుగలరు. ఈవిద్య ఏదో ఒక్కదేశమునకే చెందినది

కాదు. అందువలన అమెరికా, కెనడా, ఇంగ్లండు, జర్మనీ, ఇటలీ, ఇజ్రాయిల్, ఇరాన్, టర్కీ, కాంబోడియా, చిలీ మొదలైన అన్ని దేశాలవారు దీనిని అభ్యసించుచున్నారు. అనగా "శక్తి జాగృతి" నొందుట అనేది అన్ని మతముల యందూ ఒకేవిధంగా ఉన్నది. ఈ విషయము పేర్ల మార్పులతో అన్ని మతగ్రంథములయందూ చెప్పబడుచున్నది.

శక్తిజాగృతి నొందగానే సాధకుని చిత్తము ఉదారముగా, విశాలముగా అగును. అట్లే జాతి, మత, కుల, సాంప్రదాయ, భాషాభేదములను వీడి అభివృద్ధి నొందును. ఈ ఉదారతా భావము ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి కొరకు అనివార్యమైనది మరియు అపరిహార్యమైనది. అంతట సాధకుడు ధర్మగ్రంథము చదివినా శక్తి జాగృతిని పొందుట "శక్తిపాత" విషయములే అందరికి కానవచ్చును.

సాధన రెండు విధములుగా విభజించవచ్చును. శక్తిజాగృతికి ముందు-శక్తిజాగృతి నొందిన తర్వాత అని. శక్తిజాగృతికి ముందు అన్ని సాధనలూ కర్తృత్వాభిమానముతోనే జరుగును. జపము, తపము ధ్యానము, ఆసనము, ప్రాణాయామము, భజనలు, కీర్తనలు, పూజ ఇవి అన్నీ కూడా ఈ విభాగములోనికే వచ్చును. వివిధ సాధకులు తమ తమ శ్రద్ధాభక్తుల ననుసరించి తమ ఇష్టదైవమును ప్రార్థించుచూ సాధనలు, ఉపాసనలు చేయుదురు. ఇవన్నీ కర్తృత్వాభావనతో చేయబడునవే అయియున్నవి. అందుచే జగత్తునందలి పుణ్య అపుణ్యకర్మలవలెనే ఈ ఉపాసనల, సాధనల సంస్కారములు సంచితమగును. దీనివలన చిత్తమునందు మలినముతోకూడిన ఆవరణ ఏర్పడును.

శక్తిజాగృతి నొందగానే సాధన పూర్తిగామారిపోవును. ఆత్మ యొక్క చైతన్య శక్తి ఇంద్రియముల ఆధారముగానే ఉంటూ, కానీ ఇంద్రియములకు భిన్నముగా క్రియలను చేయుట అనుభవమునకు వచ్చును. కర్తృత్వభావమునకు బదులుగా సాక్షీభావము కల్గుట ప్రారంభించును. శక్తి క్రమంగా సంస్కారములన్నింటినీ క్రియలుగా మార్చుచూ క్షీణింపజేయును. క్రమముగా సాధకునకు చిత్త శుద్ధిపెరుగుచుండును. చిత్తశుద్ధి కల్గిన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి కలిగియే తీరునుగదా!

మనగురుదేవులైన బ్రహ్మీభూత స్వామీ విష్ణుతీర్థ మహరాజ్ ఈ విషయంలో శాస్త్రీయమైన చక్కటి వివరణ ఇచ్చారు. వారికి అనుభవమున్నూ పూర్తిగా ప్రత్యక్షముగాగలదు.

తెలుగు, తమిళపాఠకులు, ముముక్షువులు ఈ పుస్తకమును చదివి తప్పక ఆధ్యాత్మిక లాభమునొందగలరని ఆశించుచున్నాను. వారికి ఆధ్యాత్మిక మార్గమునందు చక్కని మార్గదర్శనము కలుగునుగాక! భగవంతుడు అందరకూ మంగళము కల్గించునుగాక !

నారుయణ్ కుటీ, — స్వామీ శివోమ్‌తీర్థ

దేవాస్ (మ. ప్ర)

తేదీ :- 23-2-88

# ఉపోద్ఘాతం

సామాజిక శాస్త్రంలో అంతర్భాగం మతం. మతానికి బూజు పట్ట లేదు. కాలదోషం పట్టలేదు. కోటానుకోట్ల ప్రజల హృదయాలలో మతానికి సుస్థిరమైన స్థానం ఉన్నది. ఇటీవల సంవత్సరాలలో – సోవియట్ రష్యాలోని భౌతికవాద దృక్పథం ప్రేరణతో మతవ్యతిరేక ఉద్యమాలు అడపాతడపా తల ఎత్తుతూ వచ్చాయి. అట్టి ప్రయత్నాలు విఫలం కాక తప్పదు. కారణం స్పష్టమే. మానవుడు సహజ సిద్ధంగా మతభావాలు కలిగిన ప్రాణి. ఇంద్రియ సుఖాలకూ, మేధాపరమైన సుఖాలకూ అతీతమైన దానికై ఆకాంక్ష మానవునిలో సహజంగా ఉన్నది. ఆ స్థితిలో - ఈ మత వ్యతిరేక ఉద్యమాలు చెలరేగడానికి కారణం ఏమిటి ?

మతం పేరిట జరుగుతున్న రక్తపాతాన్ని, దోపిడీని, యుద్ధకాండను మనలో పలువురు గర్హిస్తున్నారు. గతంలో వివిధ మతాల వారు ఆరాధనా విధానం విషయంలో తమతో విభేదించే వారిపై మత న్యాయస్థానాలలో దారుణమైన శిక్షలు విధించారు. వారి కుత్తుకలు ఉత్తరించారు. అయితే – భారతదేశం సహనానికి మారుపేరు. ఆశ్రయం అడిగిన వారందరికీ అభయ హస్తం అందించిన దేశం మనది. నాస్తిక మతాలతో సహా వివిధ మతాలు ఉదయించడానికీ, వికాసం పొందడానికీ ఈగడ్డమీద పూర్తి అవకాశం లభించింది. ఆయా మతాలను తులనాత్మకంగా అధ్యయనం చేయడంలో, అభిప్రాయాలను కలబోసుకోవడంలో పండితులు ఆనందం అనుభవించారు. ప్రతి మతం వారికీ తమ భావాలను వ్యక్తంచేసే స్వేచ్ఛ ఉండేది. ఆనాటి వారు ఇతరుల విమర్శలను ఆహ్వానించారు. వాటిని హుందాగా సహనంతో స్వీకరించారు. అలనాటి

భారతం అది. రోజులు మారాయి. మత పరమైన ఉద్రిక్తతలు, అసహనం తాండవించే ఈనాటి ఉదంతాలు సహృదయులకు తలవంపులు తెస్తున్నాయి. ద్వేషాన్ని, హింసనూ రెచ్చగొట్టడానికి సభావేదికలుగా ఆరాధనా స్థలాలను వాడుకోవడం కద్దు. ఘోరహత్యలు, అమాయకులపై కత్తిపోట్లు, లాఠీలతో, కత్తులతో, పిడిబాకులతో పోరాటాలు — అన్నీ మామూలు సంఘటనలు అయినాయి. అందువల్ల వివిధ మతాల మధ్య సామరస్యాన్ని పునరుద్ధరించడం దేశ సౌభాగ్యానికీ, అభ్యుదయానికీ అత్యవసరం అవుతున్నది. ఇందుకై ఒక మధ్యేమార్గాన్ని కనుగొనాలనే ఆలోచన పలువురి మనసులలో మెదలుతున్నది. అట్టి శాంతి సౌహార్ద్రాలు వెల్లివిరిసే రోజు కనుచూపుమేరలో లేదేమో అనిపిస్తుంది ఒక్కొక్కసారి. అయితే—విశ్వ మానవ సౌభ్రాతృత్వాన్ని ప్రబోధిస్తూ, తమ తమ పద్ధతులలో తమ తమ దైవాలను చేరుకుంటూ, పొరుగు వారితో శాంతియుత సహజీవనం నెరపే అవకాశం కల్పించే విశ్వమతం ఆవిర్భవించే లక్షణం ఆశాకిరణంగా తళుక్కున మెరుస్తుంది ఒక్కొక్కసారి.

మన దేశం ప్రస్తుతం అట్టి మతం కొరకు పురిటి నెప్పులు పడుతున్నది. శాఖోపశాఖలతో విరాజిల్లే హిందూమతం అట్టి మత వికాసానికి అవకాశం కల్పిస్తున్నది. ఆ విశ్వమతంలో ఆయా శాఖలు అన్నింటికీ స్థానం ఉంటుంది. ఇస్లాంను, క్రైస్తవాన్ని తనలో ఇముడ్చుకునే హృదయ వైశాల్యం ఉంటుంది. ఆ కొత్త మతం కొరకు ఇతర మతాలు నశించ నవసరం లేదు. సుస్థ అయిన శాత్విక సత్యాల పునాదుల మీద ఆ మతాలు వ్యవస్థగా అభివృద్ధి పొందాయి. ప్రతి మతం అది జన్మించిన సమాజపు అవసరాలను తీర్చడానికి ఉద్దేశించబడినది తన పరిసరాలకు అనుగుణమైన సంస్కృతికి బాట వేసింది. ఆ ప్రక్రియలో మానవాళిని సుసంపన్నం చేసింది. నాటి మహా ప్రవ

ధకులు ఆధ్యాత్మిక సాక్షాత్కార లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడంలో ఈనాటికీ వెలుగు దివ్వెలుగా దీపిస్తున్నారు. వారి పావన స్మృతులు సంస్కృతీ నాగరికతల నిర్మాణంలో గణనీయమైన పాత్ర వహిస్తున్నాయి. మన కున్నదానిలో మహత్తరమైన భాగం ఆ మహాత్ములు పెట్టిన భిక్షయే. రాముని కాని, కృష్ణునికాని, బుద్ధుని కాని, క్రీస్తుని కాని, మహమ్మదును కాని విస్మరించడం మానవజాతికి పతన హేతువు. మనతో విభేదించే వారిపట్ల అసహనంచూపే మన పతన స్థితి-వారు అందించిన వారసత్వం కాదు. వారి పవిత్ర నామాలను కళంకితం చేసిన కారణంగా మనలో ప్రాకినట్టిది. తన జీవన కార్యాన్ని ప్రచారం చేయడం కొరకు కాని, తన పేరును చిరస్థాయి చేయడం కొరకుకాని మానవ రక్తాన్ని చిందించ మని ఏ ప్రవక్తా ఎన్నడూ సూచించ లేదు.

ఒక్కొక్క మతం వెనుక ఒక్కొక్క తత్వశాస్త్రం ఉంటుంది. ఆ తత్వశాస్త్రంతోనే అది ఉదయిస్తుంది. కాలక్రమంలో తరచు ఆ మతానికి పొసగని మూఢ నమ్మకాలు, కర్మకాండ ఆ మతం చుట్టూ పేరుకుపోతాయి. ఒక్కొక మతంవారు కొన్ని సందర్భాలలో బండబారి నిర్జీవమైన కర్మకాండను గ్రుడ్డిగా అనుసరిస్తూ ఉంటారు. దానిలో రవంత జోక్యం కలిగినా, మతోన్మాదం విలయతాండవం చేస్తుంది. అట్టి సంద ర్భాలలో ఆ కర్మకాండ ఆ మతంలోని అందచందాలను, ఉన్నతాదర్శా లను కబళిస్తుంది. ఆ మతోన్మాదికి తన మతం గురించి తెలియదు. దయామయుడైన భగవానుని అనుగ్రహం పొందాలనే అడియాసతో, లేక స్వర్గసుఖాలను చూరగొనాలనే ప్రలోభంతో - అతడు పశువులా గృహదహనాలకు పాల్పడతాడు. తన మతానికి తాను సంరక్షకుడనని భ్రమిస్తాడు. అల్లర్ల ద్వారా, అల్లకల్లోలాల ద్వారా తాను గాఢంగా నమ్మిన మతానికి తీరని ద్రోహం చేస్తున్నానని, తన సమాజానికి తీవ్ర మైన హాని కలిగిస్తున్నానని అతడు గుర్తించడు.

అంతర్యామి అయిన పరమేశ్వరుని సాక్షాత్కారం కొరకై వ్యక్తి హృదయాన్ని పరమోదాత్తం ఒనర్చే సాధనం మతం. ఆ లక్ష్యం కొరకై ఆయన దీవెనలు అర్థిస్తూ అనునిత్యం ప్రార్థనలు జరుపుతాం. రక్తపాతం ద్వారా ఈ ఆశయసిద్ధి ఎలా జరుగగలదో అర్థం కాదు. ధ్యానంద్వారా, ఆయనపట్ల ఆయన సృష్టిపట్ల ప్రగాఢమైన ప్రేమ భావన ద్వారా ఆయనతో మమేకం కావడం మతం. భగవానుడు ఆలయాలలో కాని, చర్చిలలో కాని, మసీదులలో కాని లభించడు. మన హృదయాంత రాళాలలో మాత్రమే మనం ఆయనను కనుగొనగలం. కర్మకాండలు, ఉత్సవాలు, అందుకు అనుబంధాలు మాత్రమే. ఒక వ్యక్తి క్రైస్తవు డైనా, యూదుడైనా, మహమ్మదీయుడైనా, పార్సీ అయినా, హిందు వైనా, సిక్కు అయినా, బౌద్ధుడైనా, జైనుడైనా— అతనికి తన మతంలో చిత్తశుద్ధి ఉండే పక్షంలో, అతడు తన హృదయంలోని మాలిన్యాలు అన్నింటినీ క్షాళన చేసుకోవలసి ఉంటుంది. ఎందుకంటే భగవానుడు జన సమూహాలలో కాక, ఇటుకలతో సున్నంతో కట్టిన గోడలమధ్య కాక, పావనమైన హృదయాలయంలో నివసిస్తాడు. వివిధ మత వ్యవస్థలలోని కర్మకాండలలో అనేకవిభేదాలు ఉన్నప్పటికీ, వాటి సారం ఒక్కటేనని ఆయా వ్యవస్థలను తులనాత్మకంగా అధ్యయ నం చేసే పక్షంలో స్పష్టమవుతుంది, ఉద్రేకపు పొంగులో మనం తెలివి మాలిన పనులు చేస్తాం. కర్మకాండకు పూర్తి ప్రాధాన్యం ఇస్తాం. సజీవ దేవాలయాలు అయిన మానవ శరీరాలను కూల్చి వేయడం ద్వారా భగవానుని ఉనికినే తిరస్కరిస్తాం. ఆ విధంగా చరమ సత్యాన్ని వదులు కుంటాం. మానవుడు భగవానునికి ప్రతిరూపంగా సృష్టింపబడలేదా? హృదయంలోలేని భగవానుడు ఇటుకలతో సున్నంతోకట్టినఆలయాలలో లభించడం అసంభవం. బాహ్యమైన వైవిధ్యాలవెనుక అంతర్వాహినిగా ప్రవహిస్తూ వివిధ మతాలను జోడిస్తున్న దివ్యతత్వాన్ని మనం గుర్తిం

చవలసి ఉన్నది. కాలక్రమంలో చేరిన కశ్మలాన్ని కడిగివేయవలసి ఉన్నది. మరింత స్పష్టమైన సిద్ధాంతాలు కలిగి, సహనం విశ్వామోదం అనే సుదృఢమైన ప్రాతిపదికలపై నిలిచే మతం క్రమ పరిణామంలో రూపొందుతుంది.

వేదాలు ఇలా గానం చేస్తున్నాయి.

ఆ పురుషోత్తముని మనము ఎరుగవలెను. ఆ పరమోన్నతుని మనము ధ్యానింపవలెను. మన జీవశక్తులను మనలను ఆయనవైపు పయనింపజేయవలెను. ఆయనను తెలుసుకొనుట ద్వారా మాత్రమే మృత్యువును అధిగమించవచ్చును. వేరు మార్గము లేదు.

సంగ్రహముగా అని మతాల గమ్యమూ ఇదే. ఆ గమ్యాన్ని చేరే మార్గం ధ్యానం. అందువల్ల మన శక్తియుక్తులు అన్నింటినీ ఆ ధ్యానంపై లగ్నం చేయవలసి యున్నది. ఆ విధంగా-మత ప్రధానంగా వ్యక్తిగత వ్యవహారం. మతంలో ధ్యానం, యోగం అనే ప్రక్రియలు ఉన్నాయి.

హిందూమత అధ్యయనంలో ఎదురయ్యే కొన్ని సామాన్యసూత్రాలను, వాటిలో ఇమిడిఉన్న తత్వాన్ని, ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానరంగంలో సాధనకు వాటి అన్వయాన్ని శాస్త్రీయ పద్ధతిలో వివరించడానికి మేము ఈ చిన్న పుస్తకంలో ప్రయత్నించాం. వానిలో కొన్ని తాత్విక సిద్ధాంతాలు కొన్ని ఆధ్యాత్మిక సాక్షాత్కారానికి దోహదంచేసే సాధనా ప్రక్రియలు. కులంతోకాని, మతంతోకాని, జాతితోకాని నిమిత్తం లేకుండా మానవులు అందరూ స్వీకరించి ఆలోచించదగినది.

హైందవేతరులైన పాఠకులు సైతం సహృదయంతో ఈ గ్రంధాన్ని చదవడం ద్వారా ప్రయోజనం పొందుతారని, తమతమ

మార్గాలలో తమ మత పద్ధతులలో అన్వేషణ సాగించడంలో సహాయ పడే ఆలోచనలు అనేకం ఇందులో కనుగొంటారని ఆశింపబడుతున్నది కనుకనే - తన మాతృభాష కాని భాషలో, ఈ దేశాన్ని పాలించినవారి భాషలో ఈ గ్రంధాన్ని వ్రాయాలనే ప్రలోభానికి రచయిత అయిష్టం గానే లోనయినాడు. పాశ్చాత్య భావనల ప్రభావంలో, పాశ్చాత్య నాగరికత ప్రభావంలో పెరిగి పెద్దవారు అయిన పాఠకుల ప్రయోజనం కొరకు చరిత్రకు అందని కాలంలో భారత వర్షంలో జన్మించిన మహామహాత్ముల పరమోదార భావనలను అర్థంచేసుకుని వాటి మహత్తు గుర్తించే సదవకాశం వారికి కలగాలనే ఉద్దేశంతో శాంతిప్రియులై, ఆధ్యాత్మికంగా ప్రగతి పొందిన మానవాళి నివసించే ఉదాత్త ప్రపంచ నిర్మాణ లక్ష్యంతో, భారతవర్షం యుగయుగాలుగా, కాలగతిలో ఎదురైన పెను తుఫానులను తట్టుకొని, ఆ భావనామృతాన్ని నేటివరకు పదిలపరచి ఉంచింది. భావవ్యక్తీకరణ పద్ధతి తమదే అయినప్పటికీ, అది ప్రస్తుత యుగపు అభిరుచికి అనుగుణంగా ఉండే అవకాశం అంతగా లేనప్పటికీ - అందులో ఇమిడి ఉన్న సత్యాలు సుదీర్ఘము ప్రగాఢము అయిన ఆలోచన అందించిన ఫలాలు. అన్ని యుగాలకు, విశ్వం అంతటికీ అమూల్యమైన ఫలాలు.

మనం భౌతిక విజ్ఞాన యుగంలో జీవిస్తున్నాం. అందువల్ల ప్రతి విషయాన్ని - లౌకికం, ఆధ్యాత్మికం, భౌతికం, అధిభౌతికం, బాహ్యం, అతీంద్రియం, అంతను భౌతికశాస్త్ర నిపుణులు నిర్ణయించిన ప్రమాణాలు ఆధారంగా పరిశీలించడం మనకు అలవాటయింది. ఆ ప్రమాణాలు ఆయా శాస్త్రాల పరిధికి ఆవలఉన్న రంగాలకు ఎల్లవేళలా ఖచ్చితంగా వర్తించకపోయినప్పటికీ, ప్రతి పరిశోధనా రంగంలోనూ సిద్ధాంతపరమైన ఆలోచన, విషయ పరిశీలన, ప్రయోగాలు అవసరం అవు

తాయి. అందువల్ల లౌకిక విజ్ఞాన సూత్రాలకు పరిమితమైన రంగాలకు చెందిన పరిశోధకుడు అతీంద్రియ రంగాలకు చెందిన సూక్ష్మ సత్యాలను కనుగొనలేకపోవడం కద్దు. కేవలం కల్పనాశక్తిపై, సిద్ధాంతాలు చెప్పడంపై ఆధారపడడం తరచు అర్ధసత్యాలకు, మూఢ నమ్మకాలకు దారితీస్తుంది. అందువల్ల ఆధ్యాత్మిక సాధకునికి జాగ్రతతో మెలకువతో కూడిన పరిశోధన, స్పష్టమైన ఆలోచన, స్ఫూర్తి పొందిన అంతర్ దృష్టి అవసరం అవుతాయి. వేదాలు, తంత్ర గ్రంథాలు, కథలు, గాథల రూపంలో అనేక సూక్ష్మ విషయాలను, నిగూఢ విషయాలను సూచిస్తాయి. ఆధునిక మేధావులకు అవి కొరుకుడు పడవు. వారు వాటిని కట్టు కథలుగా, పురాణకథలుగా కొట్టివేస్తూ ఉంటారు. కారణం ఏమంటే - మన భూమికకన్న ఉన్నతమైన భూమికల మధ్యగల సంబంధ బాంధవ్యాలను కనుగొనడం మనకు అసాధ్యం అనిపిస్తుంది. ఇక్కడ వట్టి ఊహావిహారాలు పనిచేయవు. ఇటువంటి ప్రయత్నాలలో ఎదురయ్యే మరో ఇబ్బంది ఏమంటే - ఉన్నత భూమికలలో కలిగే దివ్య అనుభూతులు భౌతిక జగత్తులోని అనుభవాలకు భిన్నంగా ఉంటాయి. ఒక్కొకప్పుడు విరుద్ధంగా ఉంటాయి. ఉదాహరణకు- అధోభూమికలలో అంత విశితంగా అంతతీవ్రంగా విజృంభించే విరుద్ధశక్తులు ఉన్నతజీవభూమికలలో తమ బలాన్ని కోల్పోతాయి. వాటి క్రియ చప్పబడిపోతుంది. అవి సామరస్యపూర్వకంగా ఏకత్వంవైపు మళ్ళుతాయి. శక్తుల యొక్క విచ్ఛిత్తి వైవిధ్యానికి కారణం. అవి సామరస్యపూర్వకంగా పనిచేయడం ఏకత్వానికి దారితీస్తుంది. అందువల్ల సృష్టిక్రియలో మూలశక్తులు విచ్ఛిన్నమై భిన్నమార్గాలలో పయనిస్తాయి. తరచు ఒండొంటితో తలపడతాయి. ఒండొంటిని వమ్ముచేస్తాయి. సత్యాన్వేషకులు అనుసరించవలసిన మార్గం తద్ విరుద్ధము.

"ఏకోహం బహూశ్యామః"

- అని ప్రతికల్ప ఆరంభంలోనూ భగవానుడు సంకల్పిస్తాడని ఉపనిషత్తులు ప్రకటిస్తున్నాయి. ఆయన సంకల్పం బ్రహ్మాండమైన సృజనశక్తికి అనంతమైన భండారం. అది అన్ని దిశలలో వ్యాపించసాగింది. ప్రవహించసాగింది. ఆ శక్తిలోని ప్రతికిరణం సృష్టికీ, స్థితికీ కారణమై అక్షయమై అనంతమైన జీవశక్తితో నిండి ఉన్నది. ఈ వేర్వేరు శక్తులు తమ మనుగడను శాశ్వతం చేసుకోవాలనే సంఘర్షణలో తాము ఒకే కేంద్రంనుంచి వెలువడినామనే సత్యాన్ని విస్మరిస్తాయి. ఒండొంటితో ఘర్షణపడతాయి. ఒండొంటిని ఢీకొంటాయి. ఇందుకు విరుద్ధమైన ఆత్మసాక్షాత్కార మార్గంలో ఆ ఘర్షణ క్రమంగా తగ్గుతుంది. వాటి ప్రసారంలో సామరస్యం ఏర్పడుతుంది. చివరకు అవి తొలివెలుగులో లీనమవుతాయి. 'ఏకోహం' అనే పూర్తి గుర్తింపు ప్రతి కిరణంలో, ప్రతి జీవిలో ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. కదలాడుతూ ఉంటుంది. తొణికిసలాడుతూ ఉంటుంది. జీవ భూమికలను స్థూలంగా మూడు శ్రేణులుగా వర్గీకరించవచ్చు. 1) విశుద్ధ విశ్వ చైతన్యం 2) ఏకత్వం వైవిధ్యం మిశ్రితమైన చైతన్యం 3) వైవిధ్యంతో కూడిన అపరిపక్వ చైతన్యం. దేవతలు, జీవన్ముక్తుల ఆత్మలు మొదటి భూమికకు చెందుతాయి. యోగులు, ఆధ్యాత్మిక సాధకులు మిశ్రమ చైతన్యానికి చెందిన రెండవ భూమికలోనివారు, వారు తమ వ్యక్తిత్వాలను, ప్రత్యేక చైతన్యం కలిగిన మనస్సులను నిలుపుకుంటూనే విశ్వచైతన్యంవైపు పయనిస్తారు. విశ్వమానసానికి దూరంగా పయనిస్తున్నవారు మూడవ భూమికలోనివారు. తమ వ్యక్తిగత అహంకారాల వలయాలలో దృఢంగా బంధింపబడినవారు. క్రియాత్మక చైతన్యంలేని నిర్జీవ భౌతిక భూమిక సృష్టి ప్రక్రియలో చివరిదశ. సృష్టి సంకల్పానికి అదీ ఒక రూపమే అయినప్పటికీ.

అందువల్ల-భౌతిక భూమికలలో కేంద్రితమైఉన్న వ్యక్తియొక్క-అహంకారయుత చైతన్యమును మరింత ఉన్నతము మరింత సూక్ష్మము అయిన ఆధ్యాత్మిక జీవ భూమికలకు కొనిపోవడం ఆత్మసాక్షాత్కారానికి మార్గం అవుతున్నది. ఆధ్యాత్మిక రంగంలో భారతీయ మహర్షులు జరిపిన పరిశోధన, కృషి ఫలితాలు సాధ్యమైనంత స్పష్టమైన భాషలో మనకు అందించబడ్డాయి. వారు ఉన్నత సత్యాలపై తత్వచింతన చేశారు. సాధకుల సహాయార్థం ఆధ్యాత్మిక భూమికలకు సంబంధించిన సూత్రాలను నిర్వచించారు, రూపుదిద్దారు. ఆధ్యాత్మిక పరిశోధనలోని విచారణ భాగం దర్శనములుగా రూపొందింది. ప్రకృతి రహస్యాలను వెలికితీయడానికి ప్రయత్నించే విషయగ్రహణ ఆసక్తి కలిగిన మనస్సును తృప్తిపరచడానికి మాత్రమే నిర్మితమైన సిద్ధాంతాల గ్రంథపరమైన అధ్యయనం పాశ్చాత్య తత్వశాస్త్రం. భారతీయ తత్వశాస్త్రం అట్టిదికాదు. భారతదేశంలో తత్వశాస్త్రం అనుష్ఠానానికి మూలాధారం. ఆ అనుష్ఠాన భాగం యోగం. అందువల్ల యోగం తత్వశాస్త్రంలో భాగంకాదు. అది ప్రయోగ భాగం. యోగశాస్త్రం అందుకు మూలసూత్రాలను నిర్దేశించింది. నిర్వచించింది. రూపుదిద్దింది. ఆ సూత్రాలు ఆధునిక భౌతిక శాస్త్ర విద్యార్థి ఆశించేటంత ఖచ్చితంగా, గణితశాస్త్ర సూత్రాలవలె లేకపోవచ్చు. ప్రయోగభాగం భౌతికస్థాయినుంచి అత్యున్నత ఆధ్యాత్మిక స్థాయివరకు వ్యాపించి ఉన్నది. వివిధ స్థాయిలకు, వివిధ వైఖరులకు సంబంధించిన వివిధ శాఖలు అందులో ఉన్నాయి. హఠయోగంలో ప్రధానంగా శారీరక ప్రక్రియలు ఉంటాయి. మంత్రయోగం బీజాక్షరాలకు సంబంధించిన యోగం. లయయోగం మానసికశక్తికి పదునుపెట్టే యోగం, రాజయోగం మనస్సును అధిగమించి, ఆధ్యాత్మిక ప్రపంచంలోని ఉన్నత భూమికలలో ప్రవేశిస్తుంది. కర్మయోగం ఆధ్యాత్మికసాధనకు తొలిమెట్టు. భక్తియోగం భగవానునిపట్ల భక్తిని, దివ్యప్రేమను

హైందవ యోగతత్వ దర్శనంలోని కొన్ని ప్రధానాంశాలను ఆంగ్ల పాఠకులకు అందించడానికి నేను ఈ గ్రంథంలో ప్రయత్నించాను. ఆధునిక ఆలోచనా సరళిని దృష్టిలో ఉంచుకొని విషయాన్ని ప్రతిపాదించే ప్రయత్నం జరిగింది. ఈ శాస్త్రానికి సంబంధించిన కొన్ని భావనలను, సిద్ధాంతాలను శాస్త్రవిజ్ఞాన పద్ధతులలో వివరించడానికి ప్రయత్నించాను. అది అంత సులభమైనదని కాకపోయినా నా ప్రతిపాదనలకు ఆధారంగా ప్రాచీన సంస్కృత గ్రంథాల నుండి ప్రమాణాలను చూపడానికి ప్రయత్నించాను. ఈ భావనలు పాతవే. వాటి వివరణ మాత్రం నాది. ఆ వివరణ ఇతర మనీషులు చేసిన వ్యాఖ్యలకు అనుగుణం కాకపోవచ్చు. కొన్ని సందర్భాలలో కొన్ని స్థలాలలో పెంపొందించుకొనే యోగం. ధ్యానయోగం ధ్యానానికి సంబంధించిన శాస్త్రం. వ్యక్తి తన ఆత్మలోనే భగవత్ సాక్షాత్కారం పొందడం జ్ఞానయోగానికి పరమావధి. శాస్త్రం ఎల్లవేళలా శాస్త్రమే. అది విశ్వమంతటా వర్తిస్తుంది. ఈ శాస్త్రాన్ని శోధించిన ఖ్యాతి చాలవరకు ప్రాచీన భారతీయ మహర్షులకు దక్కినప్పటికీ ఇది ఒక ప్రజావర్గానికి కాని, జాతికిగాని గుత్తసొత్తు కాదు. ఈ శాస్త్రంలోని వివిధ విభాగాలను సమగ్రంగా చిత్రించే అనేక ప్రమాణగ్రంథాల అపార నిధులు సంస్కృత సారస్వతంలో ఉన్నాయి. ఈ శాస్త్రంలోని అంశాలు అన్నిటిని సమగ్రంగా సవివరంగా ప్రతిపాదించడానికి ఒక్క గ్రంథం చాలదు. నేను పొరపడి ఉండవచ్చు. విషయం గహనమైనది. కనక, అదిమన్నింపదగినదే అని ఆశిస్తాను.

భారతదేశంలో రెండు సిద్ధాంతాలు ఉన్నాయి. ఆత్మ తత్వ విషయంలో సిద్ధాంతాలు రెండింటికీ ఏకాభిప్రాయం ఉన్నది. ఆత్మ శుద్ధమైనదని బాహ్య వస్తువులుకాని తత్వములు దానితో కలసి లేవని రెండు సిద్ధాంతాలు అంగీకరిస్తాయి. ప్రకృతి విషయంలో మాత్రం అభి

విభేదిస్తాయి. రాజీకాని విధంగా. ప్రకృతికి స్వతంత్ర ప్రతిపత్తి ఉన్నదని, ఆత్మతో దానికి ఏ విధంగాను అనుబంధం లేదని ఒక సిద్ధాంతం చెపుతున్నది. ప్రకృతి ఆత్మయొక్క శక్తికి అభివ్యక్తి అని రెండవ సిద్ధాంతం చెపుతున్నది. ఆత్మసాక్షాత్కారానికి ఈ సిద్ధాంతాలు నిర్దేశించే అనుష్ఠానమార్గాలుకూడ విభేదించడం సహజమే. ప్రకృతినుండి దాని నుండి జనించే వస్తువులనుండి ఆత్మను వేరుగా గుర్తించాలని, విడదీయాలని, దాని శుద్ధ చైతన్యాన్ని సాక్షాత్కరింపచేసుకోవాలని మొదటి సిద్ధాంతం బోధిస్తున్నది. రెండవ సిద్ధాంతం ప్రకారం—క్రిందిస్థాయి మనో ద్రవ్యాలను వాటికి పైస్థాయిలో ఉన్న కారణాలలోనికి తిరిగి తీసుకుపోవాలి. ఆవిధంగా వాటి సృజన క్రమాన్ని తారుమారు చేయాలి. చివరకు ప్రథమ వస్తువును లేక అత్యున్నత సృష్టితత్వాన్ని ఆత్మలో లేక బ్రహ్మలో లీనం చేయాలి. అదే సృష్టి అంతకూ ఏకైక కారణం. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం ప్రథమ సృష్టి తత్వం ప్రకృతి కాదు ప్రాణతత్వం. ఆ ప్రాణ శక్తి సృష్టి ప్రక్రియలో ఇతర రూపాలను ధరిస్తుంది. ప్రాణం అంటే జీవ తత్వం. ప్రకృతి అనే పదంలో జడ శక్తి అనే భావన ఉన్నది.

ఈ రెండు సిద్ధాంతాలకు అనుగుణమైన అనుష్ఠాన క్రమాలు యోగశాస్త్ర రంగం అంతటా వ్యాపించి ఉన్నాయి. పతంజలి మహర్షి మొదటి పద్ధతిని నిర్దేశిస్తాడు. ఆయన యోగ శాస్త్రం ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని 'సత్వ' పురుషయోరాన్యథా—ఖ్యాతి అని వర్ణిస్తున్నది. అనగా- పురుషునకు, సత్వమునకు మధ్య ఉన్న విభేదాన్ని గుర్తించడం, సాక్షాత్కరింపజేసుకోవడం. రెండవ సిద్ధాంత ప్రక్రియ పై సాక్షాత్కార దశను అంగీకరిస్తుంది. మరో అడుగు ముందుకు పోతుంది. చివరకు ప్రాణం ఆత్మలో లీనం కావడం దాని లక్ష్యం. రెండవ అభిప్రాయానికి ఉపనిషత్తులలో, పురాణాలలో, తంత్రగ్రంథాలలో సమర్థన లభిస్తుంది.

శ్రీమద్ భాగవతంలో దిగువ వర్ణన ఉన్నది. అర్జునునిద్వారా శ్రీకృష్ణ నిర్యాణ వార్త విన్న ధర్మరాజు యోగమార్గంలో పయనించి, క్రమ పద్ధతిలో క్రింది తత్వాన్ని ఆపై తత్వంలో లయంచేసి, చివరకు తన జీవ చైతన్యాన్ని విశ్వ చైతన్యంలో లీనం చేశాడు. ఆ వర్ణన పోతన భాగవతంలో ఇలా ఉన్నది.

విరక్తుండై ధర్మనందనుడు ప్రాజాపత్యంబనియెడి యిష్టిగావించి యగ్నుల నాత్మారోపణంబుల జేసి నిరహంకారుడును నిర్గళితాశేష బంధనుండును నై సకలేంద్రియంబుల మానసంబున నడంచి ప్రాణాధీనవృత్తి యగు మానసంబును ప్రాణమునందును ప్రాణం నపానమునందును నుత్సర్గ సహితంబయినం యపానము మత్యువునందును మృత్యువును పంచభూతములకు నైక్యంబైన దేహంబునందును దేహమును గుణత్రయమునందును గుణత్రయంబు నవిద్యయందును సర్వారోప హేతువగు నవిద్యను జీవునియందును జీవుడయిన తన్ను నవ్యయంబయిన బ్రహ్మయందును లయింపజేసి బహిరంగ వ్యాపారంబులు విడిచి నారచీరలు ధరియించిన మౌనియు నిరహారుండును ముక్తకేశుండునునై .... .... (ప్రథమస్కంధము=385).

తర్పణములు విడవడం అంటే క్రింది స్థాయి తత్వాలను అంతకు పై స్థాయి తత్వాలలో లయం చేయడం. మతపరమైన ఆరాధన యొక్క పవిత్రతను కల్పించడానికై ఈ ప్రక్రియను ఒక యజ్ఞంతో పోల్చుతారు. భగవద్గీత నాల్గవ అధ్యాయంలోని 26-30 శ్లోకాలను పరిశీలిస్తే ఈ విషయం స్పష్టమవుతుంది.

1) వాక్కును మనస్సుతో 2) మనస్సును ప్రాణంతో 3) ప్రాణమును అపానముతో 4) భూతజయం ద్వారా అపానమును మృత్యువుతో

ఏకం చేయడం, 5) పంచభూతములను పంచ తన్మాత్రలను సత్వరజస్తమో గుణములతో లయం చేయడం 6) గుణములను మహత్తులో లీనం చేయడం 7) మహత్తును జీవాత్మలో 8) చివరకు జీవాత్మను పరమాత్మలో లీనం చేయడం. ఇదీ మొత్తం ప్రక్రియ.

భౌతిక, అధిభౌతిక భూమికలలో ఉన్న ఈ సృష్టి అంతా వివిధ శక్తుల యొక్క లీల అని వేదవిదులు భావిస్తారు. అవి అన్నీ ఒకే చిత్ శక్తి యొక్క వివిధ రూపములు. సర్వవ్యాపి, సర్వశక్తిమంతము అయిన బ్రహ్మ పదార్థం నుంచి చిత్‌శక్తి అభివ్యక్తం అవుతుంది. ఆవిరితో నిండి అంతటా వ్యాపించి ఉన్న వాతావరణం నుండి పొగమంచు, మబ్బులు, మెరపులు, ఉరుములు, వర్షం, వడగళ్లు, మంచు ఏర్పడడంతో ఈ ప్రక్రియను పోల్చవచ్చు. చిత్ శక్తి యొక్క అభివ్యక్తి జరిగిన వెంటనే అందుకు అనుగుణమైన సంలీనం జరిగి ఒక చక్రం పూర్తవుతుంది. అనంతమైన చిత్ శక్తి సృష్టివ్యాపార సమయంలో గతిశీల దశలో కనిపిస్తుంది. ఒక పదార్థాన్ని తయారుచేసిన తర్వాత ఆ పదార్థంలోని ఒక మూల కేంద్రంలో స్థిరమైన శేషరూపంలో అనంతమైన తన అవ్యక్తతత్వంలో తనను తాను మరుగుపరచుకొంటుంది. ఈ శేష (మిగులు) రూపంలో దానిని కుండలినీ శక్తి అని పిలుస్తారు. ఆ కుండలినీ శక్తిని మేలుకొలిపితే, అది చుట్టచుట్టుకున్న పాము చుట్ట విప్పుకున్న విధంగా తన గమనాన్ని వ్యతిరేక దిశకు మరల్చుకొని తన జన్మస్థానానికి ప్రయాణం ప్రారంభిస్తుంది విద్యుచ్ఛక్తివలె. సృష్టికార్యంలోని ప్రతిదశ ఆ చిత్‌శక్తి భిన్న ధృవాల ద్వంద్వముద్వారా పనిచేసిన ఫలితమే. అందువల్ల భౌతిక మానసిక భూమికలలోని దాని అభివ్యక్తిలో ఒకే విశ్వచైతన్యసూత్రం ఇమిడిఉన్నది. సృష్టి వెనుక ఉన్న విశ్వాత్మ యొక్క జీవచైతన్యంగా భారతీయ యోగాచార్యులు దానిని పరిగణిస్తారు. ప్రజనన ద్రవములు, ప్రాణ అపానములు, ప్రాణ మానసములు,

శారీరిక, సూక్ష్మ, మానసిక భూమికలలో ఆ శక్తి యొక్క భిన్న ధ్రువములు. ఒక భూమికలో రెండు భిన్న ధ్రువములు కలసినప్పుడు ఆ తర్వాత భూమికలోని మరి రెండు భిన్న ధ్రువములు ఏర్పడతాయి. శేషము, స్థిరము అయిన కుండలినీ శక్తి తన మూలాధారం వద్ద మేలుకొల్పబడిన తర్వాత తనఅభివ్యక్తిలోని భిన్నధ్రువముల కలయికద్వారా ఉన్నత భూమికలకు తన ఊర్ధ్వ గమనమును ప్రారంభిస్తుంది. యోగ సాధనా క్రమం అంతా ఇందులో ఇమిడి ఉన్నది.

శక్తిపాతం ద్వారా ఈ కుండలినీ శక్తిని సులభంగా మేల్కొల్పవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక శక్తి కలిగిన హస్తం శక్తి జ్వాలను సాధకుని సూక్ష్మశరీరంలోనికి ప్రసారం చేస్తుంది. సాధకుని లేక సాధకురాలి కుండలినీ శక్తి జ్వలించి ఊర్ధ్వ ముఖంగా తన ఆధ్యాత్మిక గమనాన్ని ప్రారంభిస్తుంది.

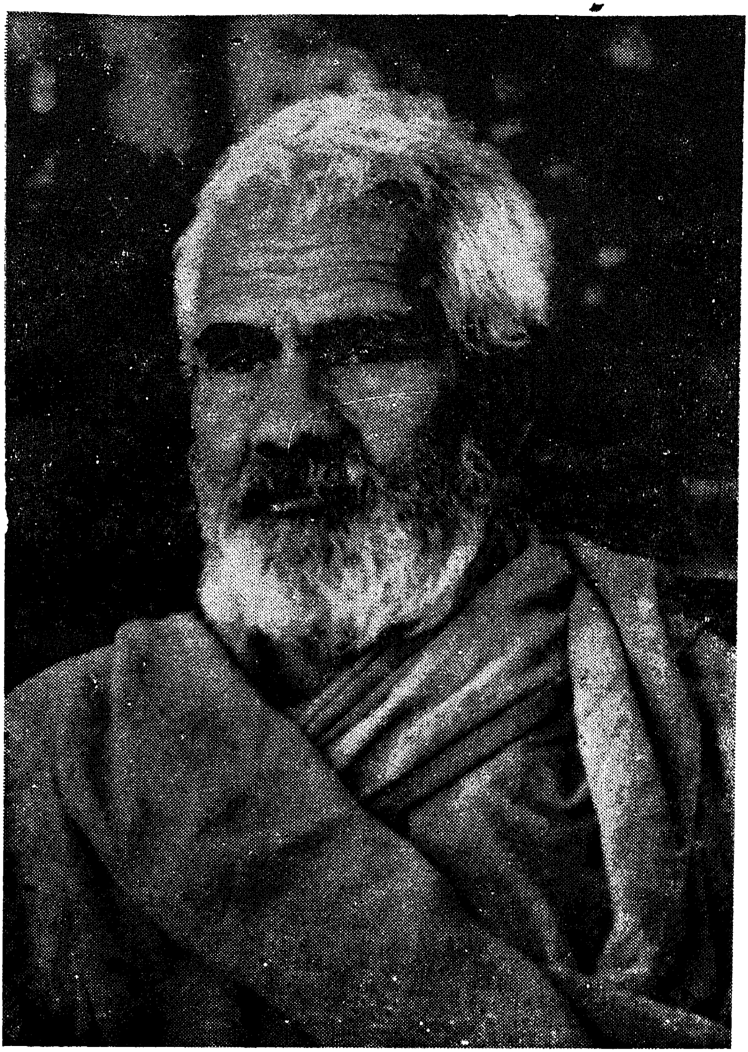
ఈ విషయాలపై వెలుగు చూపడానికి నేను ఈ గ్రంథంలో ప్రయత్నించాను. అది బృహత్ కృషి. ఆ విషయాన్ని వివరణాత్మకంగా సమగ్రంగా ప్రతిపాదించడానికి యోగ అనుష్ఠానంలో పండిన అనుభవం అవసరం అవుతుంది. ఈ యోగ శాస్త్రంలో నేను ప్రారంభకుడను. కేవలం సాధకుడను. విషయానికి పూర్తి న్యాయం చేయడంలో నా అశక్తతను అంగీకరిస్తున్నాను. ఈ చిన్న శాస్త్రగ్రంథంలో ఏవైనా లోపాలు దొర్లితే మన్నిస్తారని ఆశిస్తున్నాను.

ముగించేముందు- వ్రాత ప్రతిని సవరించినందుకు, అమూల్యమైన తమ సూచనలతో నాకు సాయపడినందుకు నామిత్రులు పూజ్య శ్రీ స్వామి సదానందతీర్థకు, మొరాదాబాద్‌లోని ప్రభుత్వ ఇంటర్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ శ్రీ యు. సి. దత్తాకు నా హృదయపూర్వకమైన కృతజ్ఞతలు తెలపడం నా విధి. విలువైన తమ సమయాన్ని వెచ్చించి, వ్రాతప్రతిని

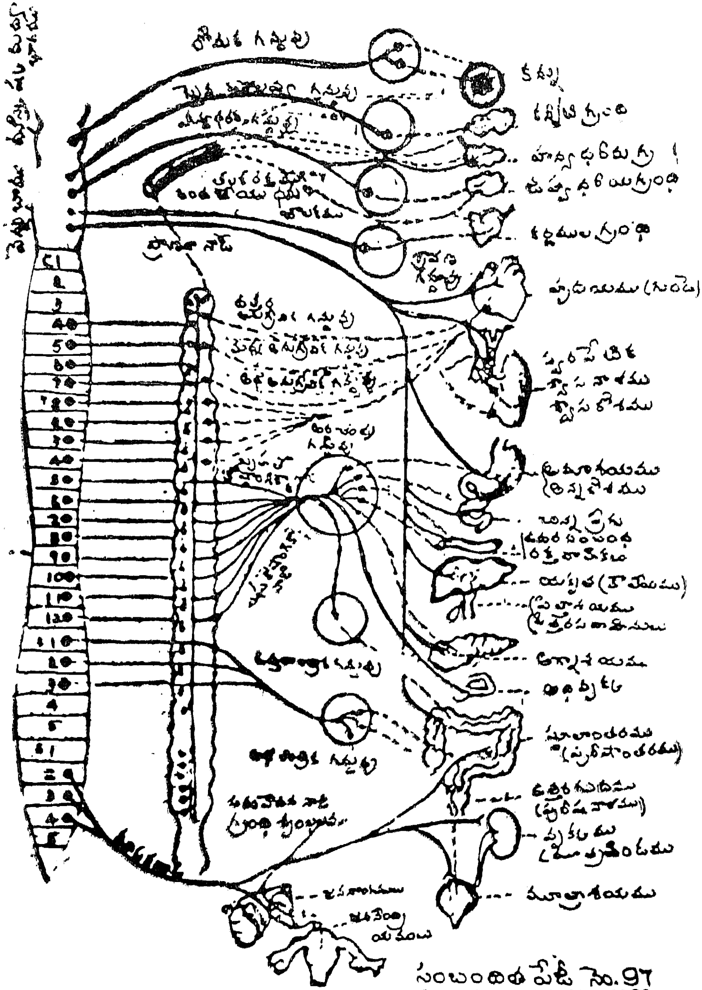
పరిశీలించి, మాననీయమగు తన అభిప్రాయాన్ని క్లుప్తంగా తొలిపలుకులో వ్యక్తం చేసి ఎంతో దయతో నాకు మేలుచేసిన బెనారస్ ప్రభుత్వ సంస్కృత కళాశాల ప్రిన్సిపాల్‌గా పనిచేసిన మహామహోపాధ్యాయ పండిత గోపీనాథ్ కవిరాజ్ ఎమ్. ఏ. గారికి నేను ఎంతో ఋణపడి ఉన్నాను. మా గురువుగారు శ్రీయోగానందజీ మహరాజ్ నాకు ఆధ్యాత్మికంగా మార్గదర్శనం చేశారు. ప్రాచీన గ్రంధాలనుండి ప్రమాణాలను సేకరించి ఇచ్చారు. ఆ సామగ్రి నా కృతికి ఆధారం అయింది. ఆయన ఋణం తీర్చుకోలేను. ఆయన రచించిన హిందీ గ్రంథం "మహాయోగ విజ్ఞాన" లోని కొన్నివాక్యాలను అనువదించి ఈ గ్రంథంలో ఉదహరించాను. ఎంతోదయతో గ్రంథ ప్రచురణలో సహాయం అందించి, దీనిని సామాన్య పాఠకులకు లభ్యం అయేటట్లు చేసిన మిత్రులకుకూడ కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటున్నాను.

18-12-1948

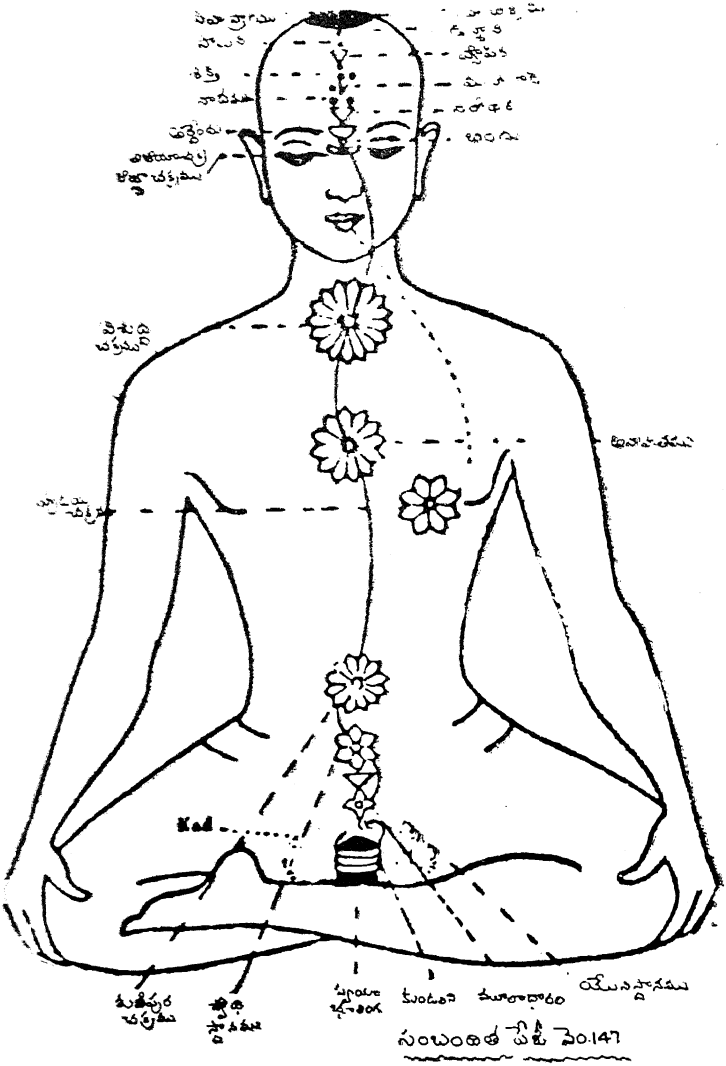
– విష్ణుతీర్థ



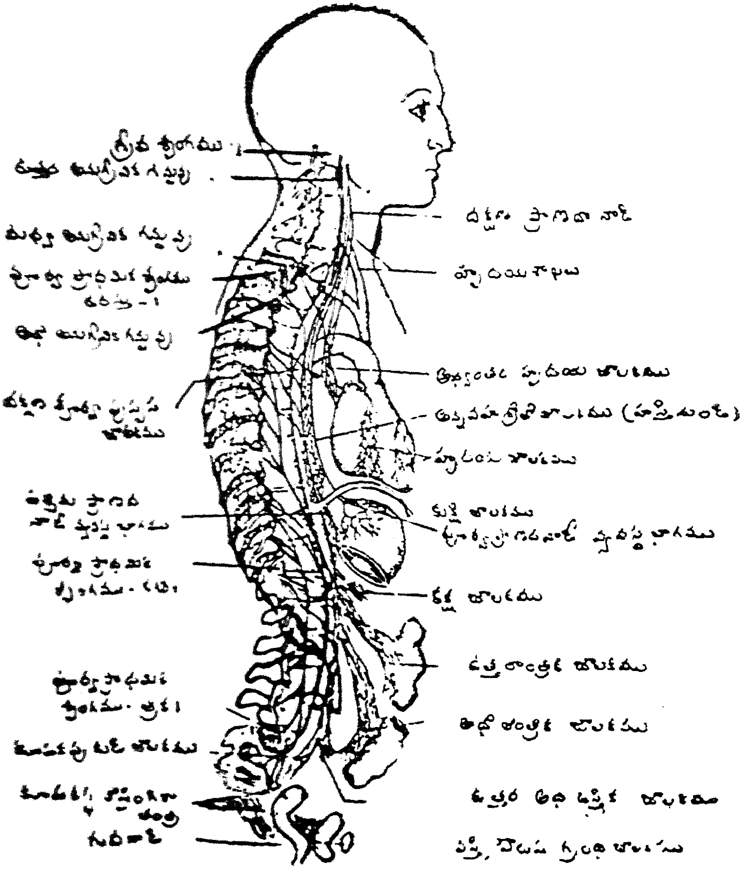
# స్వతంత్ర నాడీ మండలం




సంబంధిత పేజీ నెం. 97




సంబంధిత పేజీ నెం.147



సంబంధిత పేజీ నెం 86

శ్రీ మాత్రే నమః
శక్తిపాత దేశికాభ్యాం నమః

# దేవాత్మ శక్తి

## మొదటి అధ్యాయము

### దివ్య భావములు

అక్షరం బ్రహ్మ పరమం స్వభావో ఽ ధ్యాత్మముచ్యతే,
భూతభావోద్భవకరో విసర్గః కర్మ సంజ్ఞితః ॥
(గీత 8వ అధ్యాయము 3వ శ్లోకము)

పరబ్రహ్మ * నాశనరహితమైనది. ఆయన స్వభావము అధ్యాత్మ అనబడును. భూత భావముయొక్క సృజనాత్మక (గతిశీల) అంశను విసర్గ భావము అని పిలుస్తారు. అది సృష్టి. అది ఆయన యొక్క కృతి.

-భగవద్గీత : 8-3

---

*అక్షరం బ్రహ్మ పరమం స్వభావోఽధ్యాత్మ ముచ్యతే,
భూతభావోద్భవకరో విసర్గః కర్మసంజ్ఞితః॥ గీత : 8-3

గమనిక : కారణ లక్షణాన్ని, సృష్టి లక్షణాన్ని సూచించడానికై ఇక్కడ భూతభావము, విసర్గ భావము వేర్వేరు పదములుగా వాడబడ్డాయి స్పష్టమైన అవగాహన కొరకు.

పరమ భావం, అధ్యాత్మభావం, అధిభూత భావం:

భగవద్గీతలోని పై శ్లోకం ప్రకారం భగవానుని లక్షణాలు, నాలుగు 1) పరమభావం 2) అధ్యాత్మభావం 3) భూతభావం 4) విసర్గభావం. అధ్యాత్మ భావానికి, భూతభావానికి అవినాభావ సంబంధం ఉన్నది. పరబ్రహ్మ అవ్యక్తరూపం. అధ్యాత్మభావం ఆయన అభివ్యక్తికి ద్రష్టరూపం. భూతభావం వస్తురూపం దృష్టరూపంలో ఉన్న అధ్యాత్మ భావం స్వయం ప్రకాశము కలది. స్థిరమైనది.వస్తురూపంలో ఉన్నభూత భావం సృష్టిస్తుంది. కనుక గతిశీలమైనది. ఉదాహరణకు సమాధిలో కాని, ధ్యాననిష్ఠలోకాని ఉన్న వ్యక్తికి తననుగురించి, తన పరిసరాలను గురించి తెలియదు. తాను ఏమి చేస్తున్నాడో తెలియదు. ఆ వ్యక్తియే పనిలో ఉన్నపుడు, అతనికి తన ఉనికిని గురించి, తన చేతిలో ఉన్న పనిని గురించి తెలుస్తుంది. సమాధిస్థితిలో ఆతని చైతన్యం అవ్యక్తంలో లీనమైంది. పనిలో ఉన్నపుడు వ్యక్తిపరంగా తనను గురించిన ఎరుక, తన పనితనాన్ని గురించి వస్తుపరమైన ఎరుక ఒకేసారి తిరిగివస్తాయి. సమాధి స్థితిలో చైతన్యం అవ్యక్తానికి తిరిగివెళుతుంది. పనిచేసే సమయంలో చైతన్యం వ్యక్తి పరమైన అధ్యాత్మగా, వస్తుపరమైన సృజనశీలమైన భూతాత్మగా అభివ్యక్తం అవుతుంది. ఒక వ్యక్తి పని చేస్తున్నప్పుడు, అతని సృజనశీలత శక్తిరూపం ధరిస్తుంది. అది అతని సృజన చైతన్యానికి ఫలం. అయినా దానికి స్వయంగా చైతన్యం ఉండదు. అందువల్ల అది సవ్యమైన పద్ధతిలో పనిచేయాలంటే, పూర్తి సద్వినియోగం పొందాలంటే వ్యక్తిపరంగా దానిపట్ల నిరంతర శ్రద్ధ అవసరం అవుతుంది. అదే విధంగా, బ్రహ్మ పదార్థంయొక్క భూత భావం నుండి చిత్ శక్తి ఉదయిస్తుంది. వ్యక్తం కావడానికి ముందు అది సాంఖ్య దర్శనంలోని అవ్యక్త ప్రకృతి. అభివ్యక్తం అయినపుడు

అది మనో భూమికలో, భౌతిక భూమికలో వివిధ రూపాలు ధరిస్తుంది. భగవద్గీతలో కృష్ణపరమాత్మ ఇలా ప్రకటించాడు.

"బ్రహ్మదేవునియొక్క పగటి పరిణామము వేయి యుగములనియు, రాత్రి పరిణామము వేయి యుగములనియు తెలిసినవారే దివా రాత్రముల నెరిగినవారు. ప్రజాపతియొక్క పగటియందు అవ్యక్తము నుండి సమస్తమును పుట్టుచున్నది. రాత్రియందు తిరిగి అవ్యక్తము నందే లయమును పొందుచున్నది. ఓ అర్జునా! సకల భూతములును ప్రజాపతికి పగలుఅగుచున్నపుడు పుట్టుచు రాత్రియైనపుడు గిట్టుచున్నవి. ఏది ఆ అవ్యక్తము కంటెను వేరగు లక్షణము కలదో ఆ పరబ్రహ్మము సనాతనమును, అగోచరమునై యున్నది. ఆ పరబ్రహ్మము సర్వ భూతములును నశించినను నశింపనిది. ఏది అక్షరమును, అవ్యక్తమును అని చెప్పబడినదో అదియే (ఆ పరబ్రహ్మమే) ఉత్తమ స్థానము. దేనిని పొంది తిరిగి జన్మమును పొందరో ఆ స్థానము నా యొక్క పరమపదము."*

---

* సహస్రయుగ పర్యంతం అహర్యద్ బ్రహ్మణో విదుః।
రాత్రిం యుగ సహస్రాంతాం తేఽహోరాత్ర విదో జనాః॥
అవ్యక్తా ద్వ్యక్తయ స్సర్వాః ప్రభవంత్యహరాగమే।
రాత్ర్యగమే ప్రలీయంతే తత్రైవావ్యక్త సంజ్ఞకే॥
భూతగ్రామస్స ఏవాయం భూత్వా భూత్వా ప్రలీయతే।
రాత్ర్యా గమేఽవశః పార్థ! ప్రభవ త్యహరాగమే॥
పర స్తస్మాత్తు భావోఽన్యోఽవ్యక్తో ఽవ్యక్తాత్సనాతనః।
యస్స సర్వేషు భూతేషు నశ్యత్సు న వినశ్యతి॥
అవ్యక్తోఽక్షర ఇత్యుక్త స్తమాహుః పరమాం గతిమ్।
యం ప్రాప్య న నివర్తంతే తద్ధామ పరమం మమ॥
— భగవద్గీత 8 : 17-21

అధ్యాత్మభావానికి సత్ అనే పదం, భూతభావానికి అసత్ అనే పదం వైదిక వాఙ్మయంలో, తర్వాత వాఙ్మయంలో వాడబడ్డాయి. అవ్యక్తం రెంటికీ అతీతమైనది. సత్ అనే పదం భావాత్మకమైన ఉనికిని తెలియజేస్తుంది. అసత్ అనే పదంలో వ్యతిరేకమైన ఉనికి, వెలికి వస్తున్న ఉనికి అనే అర్థం ఇమిడి ఉన్నది. అధ్యాత్మగా అవ్యక్తం కాంతివంతం అవుతుంది. అందువల్ల అది సత్ పదార్థం. సృజనలక్షణం ప్రత్యేకమైన ఉనికి కాదు. కనపడేది మాత్రమే. అందువల్ల అది అసత్ పదార్థం. చిత్ శక్తియొక్క పరివర్తనలు, పరిణామాలు బాహ్యమైన నామ రూపాలు మాత్రమే. ఆ పరివర్తనలు,పరిణామాలే సృష్టియావత్తు. అసత్‌ను అవిద్య అని కూడా పిలుస్తారు. అవిద్య అంటే వ్యతిరేక జ్ఞానం. బ్రహ్మ పదార్థంయొక్క జ్ఞానం భావాత్మకమైన జ్ఞానం లేక ద్రష్టపరమైన జ్ఞానం. సత్ అనే పదం సాపేక్షం. అందువల్ల అందులో అసత్ కూడ ఇమిడి ఉన్నది. 'అవిద్యాశబలం బ్రహ్మన్' అని సత్‌ను నిర్వచిస్తారు. అనగా అవిద్యకు ప్రత్యేకించిన లేక సంబంధించిన బ్రహ్మ పదార్థం.

సర్ జాన్ వుడ్‌రాఫ్ ఈ రెంటినీ స్థిరసత్యం, గతిశీల సత్యం అని పేర్కొన్నారు. స్థిరసత్యం లేక అధ్యాత్మభావం ఎన్నటికీమారదు. నిరంతరంగా, నిరంతరాయంగా శక్తినీ, జ్ఞానాన్ని, ఆనందాన్ని విరజిమ్ముతూ ఉంటుంది. భారతీయ పౌరాణికులు ఈ లక్షణాన్ని భగవానుని పురుషరూపంగా చిత్రించారు. సృజనాత్మకమైన భూతభావం గతిశీలమైన శక్తిగా పనిచేయక తప్పదు. శక్తి అనే పదంలో జడశక్తి అనే భావన ఉన్నది. భూతభావం అనే పదంలో క్రియాశీలమైన శక్తి కలిగిన సజీవ చైతన్యం అనే భావన ఉన్నది. అందువల్ల భూత భావాన్ని దేవతగా చిత్రించారు. భగవానుడు, ఆయన శక్తి రెండూ విద్యుచ్ఛక్తి

లోని విరుద్ధ ధృవాలవలె అవిభాజ్యములు, ప్రత్యేకమైనవి. అయినా సహ అస్తిత్వం కలిగినవి.

బ్రహ్మపదార్థం అనే భావన వేదకాలం నాటిది. ఋగ్వేదంలోని నాసదీయ సూక్తము ఈ విధంగా చెపుతున్నది.

నాసదాసీ న్నోసదాసీత్తదానీం నాసీద్రజోనో వ్యోమాపరోయత్।
కిమావరీవః కుహకస్య శర్మన్నంభః కిమాసీద్గహనం గభీరమ్
(మం. 1 సూ. 129-1)

అపుడు అసత్ లేదు. సత్ లేదు. చలనంలేదు. ఆవల వ్యోమం లేదు. ఆవరించినది ఏది?—చీకటి? పాలన ఎవరిది?— అంభస్సుదా?* అప్పుడు ఉన్నది ఏది? బ్రహ్మపదార్థం.

భగవద్గీత* కూడ బ్రహ్మ పదార్థాన్ని ఆది లేనిదిగా, సత్తు, అసత్తు కానిదిగా నిర్వచించింది. శ్రీమద్ భాగవతం (2-9-32)*

---

* ఇక్కడ 'అంభస్' అంటే నీరు. జలం తొలి సృష్టి కాదనేది నిశ్చయం. తొలి విశ్వతత్వాన్ని ఇక్కడ 'అంభస్' అని వర్ణించారు. భౌతిక ప్రపంచంయొక్క మూలపదార్థం ప్రోటాన్ అని విజ్ఞానశాస్త్రం చెపుతున్నది. ప్రోటాన్ ఉదజని అణువుయొక్క ధన విద్యుత్ కేంద్రం. నీటిలో (హెచ్$_2$ ఓ) ఒక ప్రధాన భాగం ఉదజని. అది అణురూపంలో ప్రోటాన్‌లుగా ఏర్పడుతుంది. వేదాలలోని 'అంభస్' ఈ ఉదజని కావచ్చు.

* అనాదిమత్పరం బ్రహ్మన సత్తన్నాసదుచ్యతే। గీత:13-12

*అహమేవాసమేవాగ్రే నాన్యదయత్సద సత్పరమ్।
పశ్చాదహం యదేతచ్చ యోఽవశిష్యేత సోఽస్మ్యహమ్॥
భాగవతం 2-9-32

ఆ విధంగానే చెపుతున్నది. "సృష్టికిముందు సత్తు, అసత్తులు లేవు. నేను ఒక్కడనే ఉన్నాను. బ్రహ్మపదార్థం ఉన్నది. ఆతర్వాత ఆవిర్భ వించినది నేనే. ఆ తర్వాత మిగిలినదికూడ నేనే."

అవిభాజ్యమైన బ్రహ్మపదార్థం సత్తు, అసత్తులుగా ఏ విధంగా విడిపోతుంది అన్నది నాటికీ నేటికీ ఒకరహస్యంగానే మిగిలిపోయింది. అన్ని సిద్ధాంతాలూ ఈ విషయంలో ఒక స్పష్టమైన నిర్ణయానికి రాలేక పోయాయి. గతంలోనూ, ప్రస్తుతంలోనూ మహాతత్వ వేత్తలు సిద్ధాంతాల మీద సిద్ధాంతాలు ప్రతిపాదించారు. తత్వ దర్శనాలమీద తత్వ దర్శనాలు నిర్మించారు. అయినా—అపరిష్కృతమైన ఈ సమస్యకు పరిష్కారం సాధించలేకపోయామని అంగీకరించారు. ఆ ప్రశ్న మరల మరల తల ఎత్తింది. నేటికీ సమాధానం అందకుండానే మిగిలి పోయింది. భవిష్యత్తులోని మనుషులు అందరినీ సవాలుచేస్తున్నది. ఋగ్వేదం-నాసదీయ సూక్తంలోని 6, 7 శ్లోకాలలో మానవుని యొక్క ఈ పరాజయాన్ని ధైర్యంగా సూచిస్తున్నది. ఆ శ్లోకాలు.

> కో, అద్ధా వేదక ఇహ ప్రవోచిత్ కృత ఆజాత కృత ఇయం విసృష్టిః।
> అర్వాగ్ దేవా అస్య విసర్జనేనాథ కో వేదయత ఆబభూవ॥
> ఇయం విసృష్టిర్యత ఆబభూవ యదివా దధే, యదివాన।
> యో అస్యాధ్యక్షః పరమే వ్యోమన్ త్సో అంగ వేద యది వా న వేద॥

(ప్రపంచమెవనివలన ఉద్భవించెను? దీనికి ఉపాదాన కారణ మేమి? ఈ ప్రచండమైన ప్రపంచము ఎవరివలన పుట్టెను? దీనికి నిమిత్త కారణము ఎవరు? సర్వజ్ఞులైన దేవతలకు దీని రహస్యము తెలియునని ఊహించుట సమంజసము కానేరదు. ఏలయన సృష్టి

ఉత్పత్తి అనంతరమే దేవతిర్యగ్ మనుష్య గిరి నది ఆది సమస్త చరాచర జగత్తు పుట్టినది. కనుక, తర్వాత జనించిన దేవతలు తమకంటె పూర్వపు ప్రళయస్థితిని ఏరీతిగ విశదపరుపగలరు? ఈ సృష్టి ఎక్కడ నుండి ఆవిర్భవించెను? దీనికి ఆధారము కలదా లేదా? ఆవరు వ్యోమములో దీని అధ్యక్షుడు ఎవరు? ఆయనకు తెలియునో, తెలియదో.)

ఈ విశ్వం జడ చేతన శక్తుల రంగస్థలమని భూగోళంమీద కానవస్తున్న దానినిబట్టి అందరూ అనుకోవచ్చు. భౌతికవాది దృష్టిలో ద్రవ్యానికి అతీతంగా జీవనానికి మనుగడలేదు. ద్రవ్యం ఒకానొక దశలో ప్రాణమనే చైతన్యాన్ని రూపొందించుకొంటుందని అతడి ఊహ. అందువల్ల దేవుడు లేడు, ఆత్మలేదు- అంటాడు అతడు. ద్రవ్యం అంటే ఏమిటి? ఘన, ద్రవ, వాయు రూపాలను కలిగిఉండే నిర్జీవపదార్థం ద్రవ్యమని ఆధునిక విజ్ఞానశాస్త్రవేత్తలు నిర్వచిస్తారు. రసాయనిక సంయోగ పదార్థాలన్నీ అణువులనే చిన్నచిన్న కణాలతో కూడి ఉన్నాయని అంటారు. ఆ అణువులను పరమాణువులుగా విడదీయవచ్చు. ఒక మూలకంలోని అతి సూక్ష్మకణం పరమాణువు. ఒక సంయోగపదార్థంలోని అతి సూక్ష్మకణం అణువు. అణుధార్మికత ద్వారా వివిధ పరమాణువులను విచ్ఛిన్నం చేయవచ్చు. ఆ విచ్ఛిత్తి నుంచి మరింత చిన్నకణాలు ఏర్పడతాయి. కేంద్రంలో ప్రోటాన్ ఉంటుంది. చుట్టూ ఎలక్ట్రాన్‌లు ఉంటాయి. ఇది అంతాళలని ఒకతరహా పదార్థం. అందువల్ల ద్రవ్యానికి మూలరూపం ప్రోటాన్. భౌతిక జగత్తుకు మూలబిందువు ప్రోటాన్. ప్రోటాన్ ధనవిద్యుచ్ఛక్తి కలిగిన ఉదజని పరమాణువు. విద్యుచ్ఛక్తి దానికి కేంద్రంగా పనిచేస్తుంది. దాని చుట్టూ పరిభ్రమించే ఎలెక్ట్రాన్‌ల సంఖ్యమారుతూ ఉంటుంది. ఎలెక్ట్రాన్ ఋణ విద్యుచ్ఛక్తి కలిగిన కణం. దాని ద్రవ్యరాశి ఉదజని పరమాణువులో వేయవ వంతుకన్న తక్కువ. ఎలెక్ట్రాన్ మామూలు అర్థంలో ద్రవ్యం

కాదు. రుణ విద్యుచ్ఛక్తియొక్క ఒక సూక్ష్మకణం. ప్రోటాన్ కేంద్రంగా ఉన్న ఎలెక్ట్రాన్‌లు ఒక కణం. అటువంటి కణాలతో విశ్వమంతా నిర్మితమై ఉన్నది. ద్రవ్యం నుండి జీవం ఉదయించిందనే సిద్ధాంతాన్ని అంగీకరిస్తే- ఈ కణాలలో ధన, రుణ విద్యుచ్ఛక్తులతోపాటు మూడవది జీవశక్తికూడ ఉన్నదని ఊహించవలసి వస్తుంది. ఎందుకంటే, జీవ రహితమైన విద్యుచ్ఛక్తి కలిగిన ఉదజని పరమాణువునుండి జీవి ఉద యించడం అసంభవం. జీవి లేనిదానిలోనుండి జీవి ఉదయించజాలదు. అందువల్ల మూల ఎలక్ట్రాన్ కణాలలో జీవం కలిగిన ఏదో చిత్ శక్తి ఉన్నదని నమ్మవలసి వస్తున్నది. అది జీవాన్ని ప్రతిబింబించవచ్చు లేదా జీవతత్వంయొక్క ఒక రూపంకావచ్చు. రసాయనిక మార్పులు కాని భౌతిక మార్పులుకాని, జీవసంబంధమైన మార్పులుకాని ద్రవ్యాన్ని సృష్టించవు. అవి రూపంలో, నిర్మాణంలో మార్పులుమాత్రమే. బహు ముఖములుగా ఉండే సృష్టి ప్రక్రియలో మూలకణాలు ఎన్ని విధాలుగా కలిసినా- అవిమాత్రం మారవు. సృష్టికి ముందు ఈ ఎలెక్ట్రానిక్ కణాల సముదాయం అంతా ఒక సముద్రంగా ఉంటుంది. పరబ్రహ్మ యొక్క అధ్యాత్మ భావంనుండి, అనగా భౌతిక భూమికలో ఆయన భూత భావం నుండి ఉదయించే "అంభస్" ఆ సముద్రమే కావచ్చు. ఉదజని పర మాణువు నీటిలో ఒక ప్రధానభాగం కావడంవల్ల వేదాలు దానిని "అంభస్"గా, జలంగా వర్ణించి ఉండవచ్చు.

సాంఖ్య దర్శనం :

భౌతికవాదం కాక- జీవం, నిర్జీవం రెంటికీ ప్రత్యేక అస్థిత్వం ఉన్నదనే సిద్ధాంతం మరొకటి ఉన్నది. సామాన్యుడు అంగీకరించే అభి ప్రాయం ఇది. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం జీవతత్వానికి స్వతంత్ర ప్రతి పత్తి ఉన్నది. అది కనపడనిది, శాశ్వతము, కరగనిది, మార్పులేనిది.

అయితే భౌతిక భూమికలో దాని ప్రతిబింబం కనపడుతుంది. ప్రకృతి లోని వివిధ దశలలో మారుతూ కనపడుతుంది. పరిణామంలోని వివిధ భూమికలలో ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. ఆ విధంగా జీవాన్ని వెలుగుతో పోల్చారు. వెలుగు దానికదిగా కనపడదు. అది ఏ వస్తువుమీద ప్రసరిస్తే ఆ వస్తువును ప్రతిబింబిస్తుంది. అలా తన ఉనికిని తెలుపుతుంది. ప్రతిబింబితమైన ఉపరితలాన్ని కనిపింపజేస్తుంది. ప్రతిబింబం యొక్క గాఢత్వం ప్రతిబింబితమయే వస్తువుపై ఆధారపడి ఉంటుంది. జీవాన్ని ప్రతిబింబించే భౌతిక ప్రాణులను ప్రాణులు అంటారు. ఆ ప్రాణులను వివిధ తరగతుల వృక్షజాలంగా, జంతుజాలంగా వర్గీకరిస్తారు. జీవం యొక్క ప్రతిబింబం భౌతిక భూమిక మీద, మానసిక భూమిక మీదకూడ ఉంటుంది. భారతీయ మనస్తత్వవేత్తల ప్రకారం భౌతిక భూమికలో, మానసిక భూమికలో ఉన్న పదార్థం ఒక్కటే. మానసిక భూమికలోని పదార్థం మరింత సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. అంతరం అంతమాత్రమే. ఒకే చిత్ శక్తియొక్క వివిధ దశలు అవి రెండూ. మూలమైన చిత్ శక్తిలోనుండి చిత్ తత్వం లేదా జీవతత్వం ఉదయిస్తుంది. ఆ చిత్ తత్వంయొక్క ప్రతిబింబం వల్ల చైతన్యం, మనస్సు, మేధస్సు, భావనలు ఏర్పడతాయి. భౌతికమైన మూలకాలుకూడా ఆ చిత్శక్తి నుండి ఉదయించినవే. అయితే అవి చిత్తంకన్న స్థూలమైనవి. అందువల్ల భారతీయ మనీషుల దృష్టిలో మానసికము, భౌతికము మూలతః విభిన్నములు కావు. పాశ్చాత్యులకు ఇది విలక్షణమైనదిగా కనిపించవచ్చు. అయితే భౌతికవస్తువులు ఏదో శక్తియొక్క రూపములనే నిర్ణయానికి వచ్చినప్పుడు, మానసిక ద్రవ్యములుకూడ ఆ చిత్శక్తి యొక్క సూక్ష్మ రూపములని, అందువల్ల ఆకాశం, వాయువు, ద్రవాలు, ఘనాలలో వలె చిత్తంలోకూడ అదే పదార్థం ఉన్నదని గుర్తించడం సులభం అవుతుంది. షట్ దర్శనాలలో ఒకటి అయిన సాంఖ్య దర్శనం చెప్పే సిద్ధాంతం

ఇది. విశ్వం అంతకూ మూలకారణం అవ్యక్తం అని చెప్పుచున్నది. అవ్యక్తం అనగా అభివ్యక్తికి ముందు ఉన్నది. అవ్యక్తం యొక్క మొదటి అభివ్యక్తిని మహత్ అంటారు. మహత్‌ను విశ్వచిత్ తత్వం అని వివరించవచ్చు. అవ్యక్తమైన జీవతత్వాన్ని మహత్ ప్రతిబింబిస్తుంది. ఈ జీవప్రతిబింబం అహంకారంగా ఉదయిస్తుంది. అహంకారం అనగా విశ్వచైతన్యం. మహత్, అహంకారములు కలిసి విశ్వమానసం ఏర్పడుతుంది. ఆవిధంగా స్థిరంగా ఉన్న అవ్యక్తం చలనం ప్రారంభిస్తుంది. అనగా గతిశీలం అవుతుంది. చలనంలో సాపేక్షత ఇమిడిఉన్నది. చలనానికి ప్రతిక్రియ జడత్వం. అందువల్ల మహత్ సహజసిద్ధంగా ఏకకాలంలో రెండు విరుద్ధ శక్తులను ప్రకటిస్తుంది. ఒకటి జడత్వం. దానిని తమోగుణం అంటారు. రెండవది క్రియాశీలత. దానిని రజోగుణం అంటారు. మొదటిది వేగాన్ని తగ్గించేశక్తి. రెండవది వేగాన్ని పెంచేశక్తి. మహత్‌పై ప్రతిబింబించిన చిత్‌తత్వం దానికి మూడవ గుణాన్ని ఆపాదిస్తుంది. అది సత్వగుణం. శాంతి స్థితిని సూచించేగుణం. ఈ గుణాలు మూడూ అభివ్యక్తియొక్క మొట్టమొదటి భూమికలోనే ప్రకటితం అవుతాయి. అందువల్ల వాటిని జడ ప్రకృతిలోను, చేతన ప్రకృతిలోను ఇమిడిఉన్న గుణాలుగా పరిగణిస్తారు. భౌతిక శక్తులు అన్నిప్రధానంగా జడత్వంతోను, చలనంతోను నడపబడుతూ ఉంటాయి. అందువల్ల సృష్టిప్రక్రియలో తర్వాతిదశ త్రిముఖాలుగా ఉంటుంది. సత్వగుణం ప్రధానంగా ఉన్న ఫలితంగా మనస్సు ఉదయిస్తుంది. రజోగుణం కలిసిన సత్వగుణం జ్ఞానేంద్రియాలు అయిదింటినీ సృష్టిస్తుంది. రజోగుణం కర్మేంద్రియాలు అయిదింటినీ సృష్టిస్తుంది. తమోగుణం ప్రధానంగా ఉన్న రజోగుణం ఆకాశం, వాయువు, తేజస్సు, ఆపస్సు (ద్రవాలు), పృధివి(ఘనాలు) అనే పంచభూతములను సృష్టిస్తుంది. ఈవిధంగా సాంఖ్యదర్శనం 24 ప్రకృతి తత్వాలను

పేర్కొన్నది. వీనిలో పురుషుడు అనే చిత్తత్వం లేదు. గమనించ వలసింది ఏమంటే- ఒకే గుణం ప్రబలంగా ఉన్నప్పుడు మిగతాగుణాలు రెండూ బలహీనం అవుతాయి. అయినా, మూడుగుణాలు ఏకకాలంలో కలిసి పనిచేస్తాయి. ఆ 24 తత్వాలు వరుసలో ఇలా ఉన్నాయి.

అవ్యక్తం-మహత్-అహంకారము(సాత్విక, రాజసిక, తామసిక) మనస్సు, త్వక్, చక్షు, శ్రోత్ర, జిహ్వ, ఘ్రాణములు అనే ఐదు జ్ఞానేంద్రియములు, వాక్, పాణి, పాద, పాయు, ఉపస్థలు అనే ఐదు కర్మేంద్రియములు, శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధములు అనే ఐదు తన్మాత్రలు. ఐదు తన్మాత్రలకు సంబంధించిన పృధివి, ఆపస్సు, తేజస్సు, వాయువు, ఆకాశములు అనే పంచభూతములు. పురుషుడు వేరు ప్రకృతి శక్తులచే ప్రభావితుడు కానివాడు-"అసంగోయమ్ ఆత్మ"

వేదాంత దర్శనం :

ద్రవ్యవాద సిద్ధాంతాన్ని కాదనే మరొకసిద్ధాంతం ఉన్నది. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం జీవమే సర్వస్వం. సృష్టికర్త, సృష్టి రెండూ ఏక ములు, అద్వితీయములు. సృష్టికి ఉపాదాన కారణం, నిమిత్త కారణం రెండూ జీవమే. వెలుగు దాని ప్రతిబింబం, ప్రతిబింబించే వస్తువు-అన్నీ ఒక్కటే. ఈ సిద్ధాంతాన్ని వేదాంతం అంటారు. వేదాంతం అంటే 'జ్ఞానానికి చివర'. ఈ సిద్ధాంతంలో అనేక శాఖలున్నాయి. వానిలో మరింత ముఖ్యమైనవి శంకరాచార్యుల వివర్తవాదం, వల్లభాచార్యుల పరిణామవాదం, రామానుజాచార్యుల విశిష్టాద్వైతం. మొదటిది అధ్యాత్మ భావం లేదా స్థిర లక్షణానికీ, మిగిలినవి రెండూ భూతభావం లేదా గతి శీలము, సృజనశీలము అయిన లక్షణానికీ ప్రాధాన్యం ఇస్తాయి. వివర్త అనే పదం 'వృత్' ధాతువునుండి వచ్చినది. 'వృత్' అనగా ఉండుట. 'వి' ని ముందుకుచేర్చితే ప్రత్యేకత అనే అర్థంవస్తుంది. వివర్త అంటే

'ప్రత్యేకమైన ఉనికి' అని అర్థం. 'వి' అని ముందు చేర్చడంవల్ల వికృతి అనే అర్థంకూడా వస్తుంది. ఆవిధంగా చూస్తే- వివర్తవాదం అంటే వికృతి పొందిన జ్ఞానాన్ని తెలిపే సిద్ధాంతం అని అర్థంవస్తుంది. అయితే, వైదికభాష దీనికిబదులు 'సంవర్త' అనేపదం వాడుతుంది. అనగా పై ధాతువుకు ముందు 'వి'కి బదులు 'సం' చేర్చుతారు. 'సం' అంటే చక్కని అర్థం. ఋగ్వేదం 10వ మండలం 126వ సూక్తం లోని 4వశ్లోకాన్ని చూడండి*

ఆది (పరబ్రహ్మము) కామముగా ప్రారంభంలో (తనను) (సృష్టికి సంబంధించి) చక్కగా ప్రకటితం అయింది. మనస్సునుంచి మొదట వచ్చినది శక్తి. అసత్తులో సత్తుకు బంధువు కలదని తెలుసు కొనగోరిన ద్రష్టలు. మనీషులు తమ హృదయాలలో కనుగొన్నారు.

---

* కామస్తదగ్రే సమవర్తతాధి మనసో రేతః ప్రథమం యదాసీత।
సతో బంధుమసతి నిరవిందన్ హృది ప్రతీష్యా కవయోమనీషా॥
ఋ: 10–126–4

కామః (కామము,కోరిక) తత్ (ఆ బ్రహ్మము) అగ్రే (ప్రారంభంలో) సమవర్తత (చక్కగా ప్రకటితం అయింది) అధి (సంబందించి) మనసః (మనస్సు నుంచి) రేతః (శక్తి) ప్రథమం (మొదట) యత (అది) ఆసీత (ఉండెను) సతః (సత్తుకు) బంధుమ్ (ఒక బంధువు, సహచరుడు) అసతి (అసత్తులో) నిరవిందన్ (కనుగొనబడెను) హృది (హృదయంలో) ప్రతీష్య (తెలుసుకునే అభిప్రాయంతో) కవయో (ద్రష్టలు) మనీషా: (మనీషులు).

పరిణామం అనగా రూపంలో మార్పు. పరిణామవాదుల ప్రకారం సృష్టి భగవంతుని యొక్క వ్యక్త రూపం. ఈ సిద్ధాంతం గతిశీల లక్షణానికి ప్రాధాన్యంఇస్తుంది. పరిణామం అనేపదంలో గతిశీల లక్షణం ప్రాధాన్యంవహిస్తున్నదనే అర్థం ఇమిడిఉన్నది. సంవర్త, వివర్త అనేపదాలు స్థిర లక్షణానికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నాయి. సత్తు నుంచి, అనగా స్థిరమైన అధ్యాత్మ భావం నుండి కామం ఉదయించిందని ఋగ్వేదంలోని పై శ్లోకం స్పష్టం చేస్తున్నది. కామాన్ని అసత్తుగా, సత్తుయొక్క బంధువుగా రుషులు పరిగణించారు. సృజన శక్తి కలిగిన విశ్వమానసం 'కామము'ను అనుసరించింది.

శైవ సిద్ధాంతం :

పురుషునికి పైన ఉన్న 11 తత్వాల ద్వారా పరబ్రహ్మ ఈ రెండు లక్షణాలుగా విడిపోయినట్లు శైవ సిద్ధాంతులు వివరిస్తారు. ఆ విధంగా తత్వాల సంఖ్య 36కు పెరుగుతుంది. పరమ శివుడు కామానికి అతీతుడు. "సృష్టి కొరకు నేను అనేకము కావాలని అది (బ్రహ్మ పదార్థము) కోరినది". అని ఛందోగ్య ఉపనిషత్ (6-2-3)* చెపుతున్నది. నేను (అహం) అన్నది మొదటి స్పందం (స్పందనం). ఇది (ఇదం) అన్నది రెండవ స్పందం. (నేను అనే భావం వెనుక ఇది అనే భావన ఇమిడి ఉన్నది) నేను అన్నది అధ్యాత్మ శివభావం. 'ఇది' అన్నది శక్తి. శక్తిగతి శీలము లేక సృజనశీలము అయిన లక్షణం. అయితే ఈ రెండూ మొదట అవ్యక్త స్థితిలో ఉన్నాయి. ఈ స్థితి నిరంజన స్థితి. దీనిని శాంత్యాతీత స్థితి అని పిలుస్తారు. మూడవ స్పందం సదాశివ

---

* తదైక్షత బహుస్యాం ప్రజాయేచ

స్పందం. సదాశివ స్పందంలో అధ్యాత్మ భావం యొక్క అభివ్యక్తి ప్రాధాన్యం వహిస్తుంది. నాల్గవది ఈశ్వర స్పందం. ఈశ్వరుడు తన శక్తి యొక్క అధిపతి. ఐదవ స్పందంలో శివుడు తన శక్తిని గుర్తిస్తాడు. అది శుద్ధ విద్య. 3, 4, 5 స్పందములు కలిసిన దశ శాంతిదశ. అనంతరం శక్తి యొక్క పొరలలో 'నేను' అంతర్నిహితం అవుతాడు. మిశ్రమ విజ్ఞానం ఏర్పడుతుంది. మాయ అనే ఆరవ స్పందం ఏర్పడుతుంది. కాలము, కాల దశలు, విద్య, నియతి, రాగము అనే పరిధులలో ఆత్మయొక్క పరిమితుల పరిజ్ఞానం మాయ. ఆవిధంగా అధ్యాత్మభావం వ్యక్తిత్వం అనే సంకుచిత దృష్టిని అలవరచుకొని పురుషుడు అని పిలువబడుతుంది. ఆరునుండి పన్నెండు వరకు ఏడుస్పందములు మాయ, కాలము, కాలదశలు, విద్య, నియతి, రాగము, పురుషుడు (జీవాత్మ). ఇవి శుద్ధాశుద్ధ విద్య అనే మూడవ దశలోనివి. భూతభావం సాంఖ్య దర్శనంలోని 24 తత్వములలో అంతర్నిహితం కావడంతో స్పందముల జాబితా పూర్తవుతుంది. వానిలో మొదటి 23 ప్రతిష్ఠ దశలోనివి. చివరిది పృధివి నివృత్తి దశలోనిది.

ఒక్క విషయం గమనించవలసి ఉంటుంది. అధ్యాత్మగా ఉన్న ఆత్మ సృష్టి యొక్క అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలో మార్పు చెందదు. ప్రతి దశలో దానియొక్క వేర్వేరు తలంగాలతో తాను తాదాత్మ్యం చెందుతాడు. భూతభావం మార్పులు పొందుతుంది. అంతర్నిహితత్వము పొరల ద్వారా మారని 'అహం'ను ప్రతిబింబిస్తుంది. శివలింగం దేనికి ప్రతీకగా ఉన్నదో పాఠకునకు ఇప్పుడు అర్ధమవుతుంది. శివలింగం కేంద్రంలో ఉన్న అధ్యాత్మ భావానికి ప్రతీక. అది స్థిరమైనది. మారనిది. అచరమైనది. గతిశీలమైన భూతభావం దాని చుట్టూ చుట్టుకొని ఉంటుంది. ఆ భూతభావం ఆయనచుట్టూ ప్రకృతి అనే అల్లికలను అల్లుతుంది. చుట్టలు చుట్టుకొన్న సర్పాలు వాటికి ప్రతీకలు. అయితే, జీవ

కిరణాలు ప్రతి అల్లిక నుండి చొచ్చుకుపోతాయి. అన్ని దిశలకు వ్యాపిస్తాయి. ప్రతి దశలో వివిధ రూపాలలో కాంతిని ప్రసరిస్తాయి.

శైవ సిద్ధాంతంలోని శివశక్తులు వరుసగా భగవద్గీతలోని అధ్యాత్మ భావ భూత భావములు. వేదాలలోని సత్తు, అసత్తులు. సదాశివుడు ఈ రెంటియొక్క వ్యక్తరూపం. అయితే బీజరూపంలో ఉన్న వ్యక్తరూపం ఆ బీజరూపంలో రెండూ ఒకే బీజంగా ఉంటాయి. ఈశ్వరుడుగా, శుద్ధ విద్యగా ఆ రెండూ విడిపోతాయి. అందువల్లనే పురాణాలు సదాశివుని అర్ధ నారీశ్వరునిగా వర్ణించాయి. మాయద్వారా, కాలము, కాలదశలు, విద్య, నియతి, రాగము అనే మాయ యొక్క పంచ పరిధులద్వారా అధ్యాత్మ భావం ప్రత్యేక స్థితిని వహించి, జీవాత్మగా రూపొందుతుంది. భూతభావం నిర్జీవమైన ద్రవ్యంగా మారుతుంది.

సృజనశీలమైన లక్షణం అధ్యాత్మ భావం యొక్క భ్రమజనితమైన, వికృతి పొందిన రూపమని శంకరచార్యులు ప్రతిపాదించారు. దానిని సర్పరజ్జు భ్రాంతి (తాడు పామువలె కనపడడం) అన్నారు. అయితే, భూతభావం ఒక సత్యమని వల్లభాచార్యులు ప్రతిపాదించారు.

అంతర్నిహితత్వం:-

"మనం సృష్టి అని పిలిచేది జీవతత్వం యొక్క అంతర్నిహితత్వం మాత్రమే" సృష్టికి సంబంధించి ఏకజీవ సిద్ధాంతానికి సారాంశం ఇది. అందువల్ల అంతర్నితత్వం, పరిణామం అనే పదాలను స్పష్టంగా అర్థంచేసుకోవలసి ఉన్నది. ప్రతి పరిణామానికిముందు ఒక అంతర్నిహితత్వం జరిగి ఉండాలి. ప్రకృతి చైతన్యంగా పరిణామం చెందుతుందని చెప్పినపుడు ఆ పరిణామం పొందిన చైతన్యం ప్రకృతిలో అంతర్నిహితమై (లోపల ఇమిడి) ఉన్నదనే భావన అందులో ఇమిడి ఉన్నది.

అందువల్ల సృష్టి చక్రంలోని మొదటిసగం అంతర్నిహితత్వం, రెండవ సగం పరిణామం. మనం ఒక గడియారానికి 'కీ' ఇస్తాం. మనచేతుల లోని గతిశీలమైన శక్తిని వినియోగించి, గడియారం లోపల ఉన్న 'స్ప్రింగు' చుట్టుకునేటట్లు చేస్తాం. ఆ స్ప్రింగు చుట్టు విప్పుకున్నప్పుడు దానిలో ఇమిడి ఉన్న శక్తి వెలికి వస్తుంది. క్రియాశీలం అవుతుంది. వంటచెరకుకాని, మండే మరో వస్తువుకాని మండినపుడు ఉష్ణం వెలువడుతుంది. వంట చెరకు బూడిదగా మారుతుంది. మండే వస్తువు అదృశ్యం అవుతుంది. ఆ వంట చెరకుకాని, మండే వస్తువుకాని ఒకానొక అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియద్వారా ఆ రూపంలో ప్రోగుపడిన ఉష్ణరాశి మాత్రమేనని, మంటద్వారా అది పరిణామం చెందిందని దీనినిబట్టి తెలుస్తున్నది. అందువల్ల ఒక కార్యాన్ని దాని కారణంగా వెనుత్రిప్పి పరివర్తన చేయటమే పరిణామం. ప్రతి కారణం అనంతర పరివర్తనద్వారా అంతర్నిహితత్వం పొంది, కార్య రూపం ధరిస్తుంది. లేనిదానిలోనుండి ఉన్నది రాదు. పరివర్తనల క్రమం కార్యకారణ సంబంధాలను జనింపజేస్తుంది. ఆ కార్య కారణాలు భిన్నత్వం పొందిన రూపముల పరంపరతో పరస్పర సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. మొదటి కారణం అయిన వస్తువు కారణాల ప్రవాహంలో ప్రవహిస్తూ వివిధ క్రమ దశలలో వివిధ రూపాలను ధరిస్తుంది. బాహ్యమైన రూపములు తమ లోపల మొదటి కారణం అయిన వస్తువును మరుగు పరుస్తాయి. ఆ వస్తువు విభిన్న రూపములలో అంతర్నిహితమై ఉంటుంది. ఈ పరివర్తన క్రమం వెను తిరిగినప్పుడు కార్యములుగా ఉన్న ఆయా రూపములు అన్నీ అదృశ్యం అవుతూ తమ ప్రత్యక్ష కారణాలలో లీనమవుతూ ఉంటాయి. మరింతగా తొలి కారణ వస్తువుగా పరిణామం చెందుతూ ఉంటాయి. పరిణామ క్రమంలో చక్రం యొక్క ఊర్ధ్వ అర్ధభాగం పరమోన్నతిని చేరేకొలదీ ఆ తొలి కారణ వస్తువు అధికాధికంగా ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. అప్పుడు

తొలికారణ వస్తువు తన స్వస్వరూపంలోనికి పరిణామం చెందుతున్నదని చెపుతారు.

విసర్గభావం :

సృష్టికి ప్రథమ తత్వం భూతభావమని పైన చెప్పబడింది. ఆ భూతభావం అధ్యాత్మభావంనుండి ఉద్యమిస్తుంది. ఒక విసర్గభావ స్వభావాన్ని పరిశీలిద్దాం. అధ్యాత్మభావం స్థిర రూపంలో ఉన్న జీవమనికూడ పేర్కొనబడింది. అది రేడియం వంటి విశ్వ జీవతత్వం. రేడియంలో నుంచి నిరంతరంగా ఒక కిరణం వెలువడుతూ ఉంటుంది. ఆ కిరణం క్రమంగా రేడియం ఎ, రేడియం బి, రేడియం సి, రేడియం డి లుగా విచ్ఛిత్తి అవుతుంది. అయినా, ఆ రేడియం మాత్రం మార్పుచెందదు. అధ్యాత్మభావం పరిపూర్ణమైన రేడియం. అధ్యాత్మ భావం జీవ రేడియం ఎందుకంటే, అది తాను నష్టపోకుండా, మార్పు చెందకుండా జీవాన్ని నిరంతరంగా, నిరంతరాయంగా ప్రసారంచేస్తూ ఉంటుంది. తొలి ప్రసారం భూతభావం. అనగా గతిశీల రూపంలో ఉన్న జీవం. అధ్యాత్మ భావం కేంద్రం. భూతభావం దానినుండి సదా ఉదయించే వ్యాసార్థాల సంపుటి. ఆ విధంగానే ఏర్పడే గోళం యొక్క పరిధి అనంతంలో లీనమవుతుంది. ఆ కేంద్రం సృష్టి అంతటా ఉన్నది. మొదటిది ఆత్మ. రెండవది సృష్టికర్త. వేద వాఙ్మయంలో జీవంయొక్క గతిశీల రూపాన్ని ప్రాణం అంటారు. అధ్యాత్మభావంనుండి మొదట ఉదయించిన గతిశీలమైన జీవశక్తి ప్రాణం. ప్రాణమూ, భూత భావమూ ఒకటే.

ఉపనిషత్తులు ఇలా ప్రకటిస్తున్నాయి ;

స ప్రాణమ సృజత్ । ప్రాణాచ్ఛ్రద్ధాం ఖం వాయుర్జ్యోతిరాపః పృథివీంద్రియం మనః । అన్న మన్నాద్వీర్యం తపో మంత్రాః కర్మ లోకాః లోకేషు చ నామ చ ॥ (ప్రశ్నోపనిషత్ : 6-4)

"అతడు ప్రాణాన్ని సృష్టించాడు. ప్రాణమునుండి శ్రద్ధ, ఆకాశం, వాయువు, అగ్ని, జలము, భూమి, ఇంద్రియాలు, మనస్సు, ఆహారము కలిగాయి. ఆహారంనుండి పటుత్వము, తపస్సు, వేదాలు, యజ్ఞాలు ప్రపంచాలు వచ్చాయి. ప్రపంచంలో తిరిగి పేరు అనేది సృష్టింపబడింది."

ఏతస్మాజ్జాయతే ప్రాణో మనః సర్వేంద్రియాణి చ ।
ఖం వాయుర్జ్యోతిరాపః పృథివీ విశ్వస్య ధారిణీ ॥
(ముండకోపనిషత్ : 2-1-3)

"ఆ పరమాత్మనుండే ప్రాణం, మనస్సు, సకలేంద్రియాలు, వాయువు, ఆకాశం, జ్యోతి, నీరు, సకలాధారమైన భూమి అన్నీ జనిస్తున్నాయి."

ఇప్పుడు మనం ఒక సాధారణ వ్యక్తి విషయం చూద్దాం. ప్రతి వ్యక్తికీ ఒక ఆత్మ ఉన్నది. అది జ్ఞానం అంతకూ, తెలిసిచేసే తెలియక చేసే ప్రతి కార్యకలాపానికీ మూలస్థానం. జ్ఞానంలోని ప్రతి భాగమూ ఆ స్రోతస్సునుండి ఉద్భవిస్తుంది. వ్యక్తిలోని సృజన శక్తులు అన్నీ ఆ ఉద్యమ స్థానం నుండి ఉదయిస్తాయి. సృష్టి భూమికలో, ఒక వ్యక్తి యొక్క సృజన శక్తి రెండు దిశలలో పనిచేస్తుంది. ఒక దిశలో సంతాన రూపంలో వంశవృక్షం అభివృద్ధి చెందుతుంది. సంతానానికి ఉపాదాన కారణం తల్లిదండ్రులు. రెండవ దిశలో ఉత్పత్తులు భౌతిక వస్తువులు. వాటికి నిమిత్త కారణం ఆ వ్యక్తి. అనగా- ఆత్మనుంచి ప్రసరించే జీవశక్తి రెండు విధములుగానూ వ్యక్తం అవుతుంది.

సాధారణ వ్యక్తికన్న ఉన్నత స్థాయిలో ఆధ్యాత్మిక శక్తులు కలిగిన యోగి తన సంకల్పబలంతో జీవులను, నిర్జీవమైన వస్తువులను కూడ సృష్టించగలడు. ప్రవక్తలకు, మహర్షులకు అటువంటి అద్భుత శక్తులు ఉండేవి. ఏసుక్రీస్తు చూపిన అద్భుతాలు పాశ్చాత్యులకు తెలిసినవే. ఆవిధంగానే జీవశక్తిని భౌతికశక్తిగా మారవచ్చు అన్నది నిత్య జీవితంలో అనుభవంలో ఉన్నదే. మీరు ఒక బండిని త్రోయండి. ఆ బండి కొంతసేపు నడుస్తుంది. మీరు మీ బలాన్ని దానిమీద ప్రయోగించారు. ఆ బలం ప్రధానంగా ఆత్మనుండి ఉదయించినది. అయితే, ఆ బండిలో అది భౌతికశక్తిరూపాన్ని ధరించింది. వాస్తవానికి సృజనాత్మకమైన జీవతత్వం భౌతిక భూమికలోనికి పరివర్తన పొందింది. అదే విధంగా, ప్రజాపతిలో కోరిక కలుగుతుంది. ఆయన కోరిక స్థిర స్థితిలో ఉన్న జీవమును ప్రసార స్థితిలోనికి పంపుతుంది. అధ్యాత్మభావం భూత భావమును ప్రసరించడం ప్రారంభిస్తుంది. కోరిక ఆగిపోయిన వెంటనే ప్రసారం ఆగిపోతుంది. సృష్టి తన కారణంలోనికి మరలిపోతుంది. సృష్టి జరగడానికై భూత భావం యొక్క ప్రసారశీలమైన గతిశీలమైన శక్తి అభివ్యక్తం కావడం ప్రారంభిస్తుంది. అది ఒకే సమయంలో ప్రాణమునకు నిమిత్త కారణం, జడ చేతనములు కలిగిన ప్రపంచానికి ఉపాదాన కారణం అవుతుంది. అందువల్లనే చేతన వస్తువులను సంస్కృతి భాషలో "ప్రాణినః" (ప్రాణులు) అంటారు. పరివర్తనల వల్ల మూలకారణం యొక్క మూల తత్వం మారదు. దానిని మరుగు పరచే బాహ్యరూపం పై పొర, అవాస్తవికమైనది. భూత భావం తనలో అంతర్గతంగా ఉన్న సృజనశీలత కారణంగా తనను తాను పరమోన్నతమైన మహత్తునుంచి రాయివరకు అన్నింటినీ ఆవరించుకుంటుంది. వివిధ రూపాలలో అంతర్నిహితమై ఉంటుంది. అందువల్ల నామ

రూపముల సృష్టి భూత భావము యొక్క పని. ఆ పనిని విసర్గ భావం అంటారు.

హిరణ్యగర్భ:

సర్వవ్యాపకమైన ప్రాణమును హిరణ్యగర్భ అని పిలుస్తారు. హిరణ్యగర్భ అనగా బంగారు గర్భము. శంకరాచార్యులు తమ బ్రహ్మ సూత్ర భాష్యంలో (2, 4, 13) ఇలా అంటారు. "విశ్వపరంగా, వ్యక్తిపరంగా దివ్యమైన ప్రాణమును 'విభో' అని పిలుస్తారు. అది సర్వవ్యాపకము. అది జీవులలో ఉండే ప్రాణం కాదు." జీవులు అణువులు. మహత్‌ను ఆయన యొక్క బుద్ధిగా పరిగణిస్తారు. ఆ గ్రంథంలోనే మరొకచోట (1, 4, 1) ఇలా అంటారు. "మొదట జన్మించిన హిరణ్యగర్భుని బుద్ధి వ్యక్తులందరి యొక్క బుద్ధులకు మూలాధారం. దానిని మహానాత్మ అంటారు." మహానాత్మ, మహత్ రెండూ ఒకటే, అవ్యక్తం విషయంలో ఆయన ఇలా అంటారు. (1, 4, 3,) "సాంఖ్య దర్శనం ప్రధాన కారణ సిద్ధాంతాన్ని ప్రతిపాదిస్తున్నది. సృష్టికి కారణం స్వతంత్రమైన అవ్యక్త తత్వమని ఆ సిద్ధాంతం చెపుతుంది. అయితే, సృష్టికి ముందున్న విశ్వరూపం తన ఉనికికొరకు భగవానునిపై ఆధారపడి ఉన్నదని,దానికిస్వతంత్రప్రతిపత్తి లేదని మేము భావిస్తున్నాము. ఆవిధంగానే భావించాలి. అది సత్యమే. అది లేనిదే భగవానుని సృష్టికర్తగా రుజువుచేయలేము. శక్తి లేనిదే ఆయనలో సృజన సామర్థ్యం ఇమిడి ఉన్నదని నిరూపించలేము. (భూత భావం యొక్క ఆవరణ కారణంగా అధ్యాత్మను గుర్తించక పోవడం అవిద్య). అవిద్య తత్వంలో ఉన్న ఆ శక్తి బీజరూపంలో అవ్యక్తం అని పిలవబడుతుంది. అవ్యక్తం భగవానునిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అది మాయామయి. (ఇంద్రజాలంవలె చిత్ర విచిత్రమునైన రూపములు

ధరించే సామర్ధ్యం కలిగినవి కనుక వానిని మాయామయి అనిపిలుస్తారు).
అవి మహాసుప్తి స్థితి. మహాసుప్తి స్థితిలో జీవాత్మలు తమను గురించి పూర్తిగా మరచిపోయి నిద్రలో ఉంటాయి."

'మహతః పరమ్ అవ్యక్తమ్' అని కఠోపనిషత్తు చెపుతున్నది. (3, 11), అనగా, మహత్తుకన్న అవ్యక్తం సూక్ష్మమైనది, శ్రేష్ఠమైనది. మహత్తు హిరణ్యగర్భుని బుద్ధి అని దీని అర్థం. హిరణ్యగర్భుడు ప్రజాపతి ఒకరే. అందువల్ల హిరణ్యగర్భుడు సృష్టికి అధిపతి సృష్టికర్త. అధ్యాత్మ భావం ఆయన ఆత్మ. భూత భావం, విసర్గభావం ఆయనశరీరం. ఆయనకు సృష్టిచేయాలనే కోరిక కలగడంతో, ప్రాణశక్తి మేధస్సును, జ్ఞానమును ప్రసరించడం ప్రారంభిస్తుంది. ఆమేధస్సు, జ్ఞానములలో ఆయన సృజనశక్తి అంతర్యాభతమై ఉంటుంది. ఆ సృజనశక్తి కోరిక వ్యక్తం కాకపూర్వం ఆయనలో అభివ్యక్తం కాని అవ్యక్తంగా ఉన్నది. ఆయన సృజనశక్తి అయిన భూతభావం అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలో క్రింది భూమికలకు దిగి, అట్టడుగు భూమికకు చేరుతుంది. భూతభావం ఒక్కొక్క సమయంలో అభివ్యక్తంకానిస్థితిలో ఉంటుంది. ఒక్కొక సమయంలో వ్యక్తం అవుతుంది. పరివర్తన చెందుతుంది. అందువల్ల అది క్షరము. నశించే లక్షణము కలది.

అధిభూతం క్షరో భావః పురుషశ్చాధి దైవతమ్ ।
అధియజ్ఞోఽహమేవాత్ర దేహే దేహభృతం వర ॥

(భగవద్గీత : 8-4)

ఓ అర్జునా ! ఈ దేహమునందు నశించెడి స్వభావము కలది అధిభూతము. పురుషుడు అధిదైవము. అధియజ్ఞుడను నేనే.

అధిదైవం, అధియజ్ఞం:

అధిదైవము, అధియజ్ఞము అనే భావములను అర్థం చేసుకోవాలంటే ముందుగా పురుషుడు, యజ్ఞం అనే పదాల అర్థాలు తెలుసుకోవాలి. ఎందుకంటే, పురుషుడే అధిదైవం. అధియజ్ఞం అంటే ప్రతి ఒక్కరి శరీరంలో నివశించే భగవానుడు. పురుషుడు అనగా ఒక నివాసంలో జీవించేవాడు. (పురా షేత్ ఇతి పురుషః- పురములో నివసించువాడు పురుషుడు) పురము లేదా ఆవాసము అనే పదాన్ని శరీరానికీ, విశ్వానికీ కూడా వాడవచ్చు. అందువల్ల పురుషుడు అనే పదాన్ని భగవానునికీ, జీవాత్మకూ కూడా వాడతారు. ప్రపంచంలో ఇద్దరు పురుషులు వున్నారని భగవద్గీత 15వ అధ్యాయం 16, 17, 18 శ్లోకాలలో శ్రీ కృష్ణ పరమాత్మ అర్జుననకు చెపుతాడు. "లోకంలో క్షరుడు, అక్షరుడు అని రెండు విధములైన పురుషులు ఉన్నారు. సకల భూతములు క్షరము. కూటస్థుడు అక్షరుడు. ముల్లోకాలను ఆవరించి రక్షించే నిత్యుడు, ఈశ్వరుడు అయిన పురుషోత్తముడు పరమాత్మ. నేను క్షరమును, అక్షరమును అతిక్రమించినవాడను కనుక, లోకమునందు వేదమునందు నేను పురుషోత్తముడనని ప్రసిద్ధుడను అయినాను"- ఇదీ ఆ శ్లోకముల భావము. జీవుల శరీరములు అన్నీ పురములు. ఆత్మకు ఆవాసములు. అందువల్ల ఆత్మను పురుషుడు అన్నారు. జీవం అధ్యాత్మభావంగా, ప్రాణముయొక్క ప్రతిబింబమైన చైతన్యముగా రెండు విధములుగా ఉంటుందని పైన చెప్పబడింది. అధ్యాత్మగా అది ఆత్మ, ప్రాణముగా అది దాని ప్రసారం. ఆ ప్రాణము అన్నిజీవులలో చైతన్యంగా, జీవంగా వెలుగొందుతుంది. అధ్యాత్మభావాన్ని కూటస్థము అంటారు. కూట అనగా కేంద్రము. కూటస్థము అనగా మాయవెనుక నిలచి, దానివల్ల ప్రభావితం కాకుండా, కేంద్రితమైన ఉన్న జీవతత్వం. కఠోపనిషత్తు పురుషుని ఇలా నిర్వచిస్తున్నది. "అంతరాత్మ అయిన

పురుషుడు బొటనవ్రేలు అంతవాడు సర్వదా ప్రాణుల హృదయాలలో నివసిస్తూ ఉంటాడు. గడ్డినుండి లోపలి పోచను వేరుచేసినట్లు శరీరం నుండి వేరుచేయాలి. అతడే పరిశుద్ధుడు, అమరుడుఅని తెలుసుకోవాలి"

అంగుష్ఠ మాత్రః పురుషోఽతరాత్మా సదా జననం హృదయే సన్నివిష్టః
తం స్వచ్ఛరీరాత్ ప్రవృహేన్ముంజాదివేషికాం ధైర్యేణ
తం విద్యాచ్ఛుక్రమమృతం తం విద్యాచ్ఛుక్రమమృతిమితి॥
(కఠ 2-6-17)

అందువల్ల పురుషుడు జీవతత్వం. శరీరానికి, శరీరంలో ప్రతిబింబించే జీవానికీ భిన్నుడు. కూటస్థుడు అనగా, నశింపులేనిది మార్పు లేనిది అయిన ఆత్మ. జీవరూపం ధరించిన అధ్యాత్మ భావం. నశించే క్షరపురుషుడు ప్రతిబింబితమైన జీవం. దానికి జీర్ణత్వము, మరణము ఉన్నాయి. అది అధ్యాత్మ భావం యొక్క ప్రసారం మాత్రమే. భగవానుడు స్వయంగా ఒక పురుషుడే. ఎందుకంటే, ఆయన విశ్వ శరీరంలో నివసిస్తాడు. దానిని రక్షిస్తాడు. ఆయన విశ్వానికి ఆత్మ. ఆత్మలు అన్నింటికీ ఆత్మ మార్పులేని ఈశ్వరుడు. అందువల్ల అధిదైవం శరీరంలో, బయట విశ్వం అంతటిలో ఉన్న దైవతత్వం.

అధియజ్ఞం యజ్ఞానికి సంబంధించిన దైవతత్వం. అన్ని కర్మల ఫలములను ప్రసాదించే దైవతత్వం. ప్రతివ్యక్తి శరీరంలో ఉండే దైవతత్వం. యజ్ఞం భగవానునికి సమర్పించే వస్తువు. భగవత్ సేవకు చిహ్నంగా మనం చేసే పనులన్నీ యజ్ఞ నిర్వచనం క్రిందకు వస్తాయి. అందువల్ల ఆయన మన కర్మలకు ఫలాలను ప్రదానం చేస్తాడు. కర్మ ఫలదాత.

యోన్తః ప్రవిశ్య భూతాని భూతై ర్త్త్యాఖిలాశ్రయః।
స విష్ణ్వాఖ్యోఽధియజ్ఞోఽసౌ కాలఃకలయతాం ప్రభుః॥
(భాగవతం 3-29-38)

"సమస్తజీవులలో ప్రవేశించి ఎవడు ఆనందించుచున్నాడో, ఎవడు అన్నిటికిని ఆశ్రయమో, అతడి పేరు విష్ణువు. అధియజ్ఞముగా అతడు సర్వభక్షకుడగు కాలము. పరివర్తనలు అన్నిటికిని ప్రభువు."

ఈ అధ్యాయంలోని అంశాలు సంగ్రహంగా ఇలా చెప్పవచ్చు : బ్రహ్మము పరతత్వము. అధ్యాత్మ దానికి కేంద్రకము. భూతభావం దానినుండి ప్రసరించిన కిరణం. అంతర్నిహితమైన భూతభావం విసర్గం. అనగా భౌతిక, మానసిక భూమికలలో సృష్టి. సృష్టిలోని చేతన భాగం ఆ రెండు భూమికల కలయిక. మానసిక భూమిక ప్రాణమును ప్రతిబింబిస్తుంది. ప్రాణము అధ్యాత్మభావం నుండి ప్రసరించిన కిరణం. చేతన భాగంలో మానసిక భూమిక వివిధ పరిణామ దశలలో ఉంటుంది. విశ్వప్రాణము విశ్వ అధిపతిగా విశ్వము నంతనూ అదుపు చేస్తుంది. జీవగత ప్రాణం శరీరంతో, మనస్సుతో తనను తాను సమేకం చేసుకుని శరీరంలో ప్రవేశిస్తుంది. ఆ విధంగా అధ్యాత్మ భావానికి జీవగతరూపం ఇస్తుంది.

## బౌద్ధ సిద్ధాంతం :

మార్పులేనిదీ, కిరణప్రసారం చేసేదీ అయిన అధ్యాత్మభావాన్ని బౌద్ధతత్త్వవేత్తలు ఉపేక్షించారు. గతిశీలమైన భూతభావాన్ని మాత్రమే తమ సిద్ధాంతానికి ఆధారంగా స్వీకరించారు. అందువల్ల వారి క్షణిక విజ్ఞానవాదం ప్రకారం ప్రతి వస్తువు—భౌతికము, మానసికము—సశ్వర

మైనది. నిరంతరం పరివర్తన చెందేవి. జీవితం మైతం అంతే. వారి పరమలక్ష్యం నిర్వాణం లేదా శూన్యం. వేదాంతంలోని పరతత్వము అదీ ఒకటే కావచ్చు. అయితే, వేదాంతం పరతత్వాన్ని శూన్యంగా కాక పూర్ణంగా పరిగణిస్తుంది.

"యత్తత్ బ్రహ్మపదం సూక్ష్మమశూన్యం శూన్య కల్పితమ్ ।
భగవాన్ వాసుదేవేతి యం గృణన్తి హి సాత్వతాః॥
(భాగవతం 9–9–49)

"పరమ సూక్ష్మమైన ఆ బ్రహ్మ శూన్యం కాదు. అయినా కల్పనచేస్తే శూన్యంవలె ఉంటుంది. భక్తులు ఆయనను వాసుదేవ భగవానుడు అని పిలుస్తారు."

—0—

# రెండవ అధ్యాయము

## ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మ

పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవా వశిష్యతే॥

ఆ కనిపించనిది అనంతం. ఈ కన్పించే విశ్వం కూడా అనంతం. ఆ అనంతం నుండి ఈ అనంత విశ్వం బహిర్గతమైనది. ఈ అనంత విశ్వం దానినుండి వెలువడినా, అనంతం అనంతంగానే ఉన్నది.

అధ్యాత్మభావం పూర్ణం, అనంతం. విసర్గభావం అయిన సృష్టి కూడా పూర్ణం, అనంతం, భూతభావం, అధ్యాత్మభావం నుండి బహిర్గతం అవుతుంది. పూర్ణం నుంచి పూర్ణం వెలువడుతుంది. అయినా జన్మ ఇచ్చిన పూర్ణం యొక్క పూర్ణత్వంలో మార్పురాదు. సృజనాత్మకమైన అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలో సృష్టిపూర్ణము,అనంతము.ఆవిధంగా భూతభావం యొక్క అంతర్నిహిత రూపం కూడ పూర్ణము, అనంతము. అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలో పూర్ణం నుండి పూర్ణం తీసివేయబడినప్పటికీ, మిగిలినది పూర్ణమే. అందువలన శేషం (మిగిలినది) కూడా పూర్ణము, అనంతము. సాధారణంగా శక్తి గతిశీలమైన రూపం ధరించి కొంత పనిచేసినప్పుడు అది తరిగిపోతుంది. అయితే, ఆ శక్తికి మూల స్థానం, ఆశక్తి అనంతములు అయినప్పుడు ఆవిధంగా జరగదు. అనంతమైన శక్తి గతిశీలంగా ఉన్నప్పుడు, అనంత విస్తృతి కలిగిన పని చేయగలిగి ఉండాలి. తరిగిపోయిన శక్తివలె కాక అనంతంగానే మిగిలి ఉండాలి. అధర్వవేదం 11వ అధ్యాయంలో మిగిలిఉన్న

అనంతమును ఉచ్ఛిష్టబ్రహ్మగా వర్ణించింది. ఉత్ + శిష్ట — ఉచ్ఛిష్ట. అనగా మిగిలి ఉన్నది. ఆ ఉచ్ఛిష్టబ్రహ్మను స్తుతించే అథర్వ సూక్తాన్ని ఉచ్ఛిష్ట సూక్తం అంటారు. ఆసూక్తంలోని కొన్ని శ్లోకాల అనువాదం దిగువ ఇవ్వబడింది.

ఉచ్ఛిష్టంపై నామరూపాలు ఆధారపడి ఉన్నాయి. ఉచ్ఛిష్టంపై లోకాలు నిలిచి ఉన్నాయి. ఉచ్ఛిష్టం లోపల ఇంద్రుడు, అగ్ని,విశ్వము ఉన్నాయి. అథర్వవేదం (11, 7, 1)

ఉచ్ఛిష్టంమీద స్వర్గం, భూమి, ఆధారపడి ఉన్నాయి. విశ్వము, నీరు, సముద్రములు ఆధారపడిఉన్నాయి. ఉచ్ఛిష్టంమీద చంద్రుడు, వాయువు అన్నీ ఆధారపడి ఉన్నాయి. అథర్వవేదం (11, 7, 2)

పక్షములు, నెలలు, ఋతువులు, ఉచ్ఛిష్టంమీద ఆధారపడిఉన్నాయి గర్జించే జలాలు, ఉరిమే ధ్వనులు, భూమి కూడా.

అథర్వవేదం (11,7,20)

ధూళి, ఇసుక, రాళ్ళు, ఓషధులు, చెట్లు, గడ్డి, మేఘములు, మెరపు, వర్షాలు ఉచ్ఛిష్టంపై ఆధారపడి ఉన్నాయి.

అథర్వవేదం (11, 7, 21)

శ్వాస పీల్చేవి, శ్వాసపీల్చనివి, కళ్ళతో చూసేవి- అన్నీ ఉచ్ఛిష్టంనుండి బహిర్గతం అయినాయి. స్వర్గంలోని దేవతలు అందరు, స్వర్గంపై ఆధారపడేవారు కూడా.

అథర్వవేదం (11, 7, 23)

ఋగ్వేదం, సామవేదం, పురాణం, యజుర్వేదం ఉచ్ఛిష్టంనుండి ఉదయించాయి. స్వర్గంలోని దేవతలు అందరు, స్వర్గంపై ఆధారపడే వారు కూడా. అథర్వవేదం (11, 7, 24)

దేవతలు, పితరులు, మానవులు, గంధర్వులు, అప్సరలు ఉచ్ఛిష్టం నుండి జన్మించారు. స్వర్గంలోని దేవతలు అందరు, స్వర్గంపై ఆధార పడేవారు కూడా. అథర్వవేదం (11, 7, 27)

ప్రాణం, అపానం, కన్నులు, చెవులు, ఎదుగుదల, శిధిలత ఉచ్ఛిష్టంనుండి పుట్టాయి. స్వర్గంలోని దేవతలు అందరు, స్వర్గంపై ఆధారపడేవారు కూడా. అథర్వవేదం (11, 7, 28)

ప్రాచీన భారతీయ మహర్షులు లలిత కళల అభిమానులు. వారు సజీవ చిత్రాలద్వారా, కవిత్వంద్వారా, సంగీతం ద్వారా తమ సిద్ధాంతాలను చదువు రానివారికి అందించారు. వారు కథల ద్వారా బోధన చేశారు. మామూలు వ్యక్తికి అర్థంకాని సూక్ష్మమైన, ఉన్నతమైన తాత్విక భావనలను చిత్రాలు, కవిత్వం, ఉత్ప్రేక్షలు, ఉపమానాలు, వ్యాజ కథలు మున్నగు రూపాలలో సామాన్య ప్రజానీకానికి తెలియ జెప్పడం వారికి ఇష్టం. భారతీయ పురాణ వాఙ్మయం అంతా ఇటువంటి వ్యక్తీకరణమే. యుగయుగాల విపత్తులు కారణంగా మనం వాటిలోని అంతరార్థాన్ని పూర్తిగా మరచిపోయాం. వారి భావనకు, వారి పద ప్రయోగాలకు మధ్య సంబంధాన్ని జోడించడం ఇపుడు కష్టం. ఆ సంబంధం పెక్కు సందర్భాలలో వికృతి పొందింది. తారుమారు అయింది. తర్వాత వచ్చిన భాష్యకారులు, కథకులు అసంబద్ధమైన భావాలను కలగా పులగం చేయడంతో, అయోమయ స్థితి మరింత అధ్వాన్నం అయింది.

సర్ప రూపంలో వర్ణింపబడిన ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మ ఆవిధంగా వికృతి పొందిన పద ప్రయోగాలలో ఒకటి. అథర్వవేదంలోని ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మ పురాణాలలో ఆదిశేషుని రూపం ధరించింది. ఆదిశేషుడు సర్పములకు రాజు. ఆదిశేషుని పడగలమీద విశ్వం అంతా నిలచి ఉన్నది.

శేషము అంటే మిగులు. అందువల్ల ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మను ఆదిశేషుడని అన్నారు. ఆయనను అనంతుడనికూడ పిలుస్తారు. విసర్గ భావము యొక్క అనంతమైన శేషశక్తికి ప్రతీక ఆదిశేషుడు. సృష్టిపూర్తి అయిన తర్వాత మిగిలిన అనంతశక్తి అది. అది సర్వంవలె చుట్ట చుట్టుకొని విశ్వమునకు ఆధారం అవుతుంది. ఆ విసర్గ భావమునకు సంబంధించిన అధ్యాత్మభావం నారాయణుడుగా అనంతమైన తన చక్ర భ్రమణములతో ఆదిశేషుడు తయారు చేసిన మెత్తని చల్లని శయ్యపై పవళించి ఉంటాడు. అలాగే, శివుని లింగరూపంలో పూజిస్తారు. ఆ లింగం చుట్టూ పాములు చుట్టుకొని ఉంటాయి. భగవానుని అధ్యాత్మ భావం కేంద్రంలో ఉన్నది. ఆయన నుండి బహిర్గతమైన భూతభావం యొక్క అంతర్నిహితత్వ చక్రభ్రమణములు దాని చుట్టూ చుట్టుకొని ఉన్నాయి. దీనికి అందమైన ప్రతీక శివలింగం. శివుని ఆ రూపంలో పూజించడం వాస్తవానికి భగవానుని, ఆయన నుండి బహిర్గతం అవుతున్న విశ్వముతో పాటు, పూజించడమే అవుతుంది. శివలింగము కాండ మును పోలి ఉంటుంది. కాండమునకు వేళ్ళు, కొమ్మలు, ఆకులు విడిగా ఉండవు. అవి అన్నీ అందులో కలసి ఉంటాయి. సృష్టి అంతా తన లోపల ఉన్న భగవానుని అధ్యాత్మ భావానికి ఇది సముచితమైన ప్రతీక. శివుడు త్రిమూర్తులలో ఒకడు. లయమునకు, ప్రజననమునకు ప్రతీక. భగవానుని సంకల్పం మేరకు అదృశ్యం కావడం, అంతర్నిహిత ప్రసరణం యొక్క అభివ్యక్తి- రెండింటినీ శివలింగం సూచిస్తుంది. ఈ రూపంలో శివుని పూజ చేయడానికై స్వచ్ఛమైన చన్నీళ్ళతో వేయి మారులు శివలింగాన్ని అభిషేకం చేస్తారు. భక్తునితోసహా విశ్వం అంతకూ శాంతిని ప్రసాదించవలసిందిగా ప్రార్థనలు కూడ చేస్తారు. దానితోపాటు, సాధ్యమైతే, ప్రాణులు అన్నింటిలో ఉచ్ఛిష్ట శక్తి వ్యక్తి పరంగా కుండలినీ శక్తి రూపం ధరిస్తుంది. శివలింగం చుట్టూ

(సార్ధత్రివలయాకారంలో) మూడున్నర పర్యాయములు చుట్ట చుట్టి పై భాగంలో తన నోటిలో తోక ఉంచిన సర్పం కుండలినీ శక్తికి ప్రతీక. కుండలినీ శక్తి నిద్రిస్తున్న దశలో దాని స్థానం మూలధారం వెన్నుపూస మొదటలో.

గతిశీలమైన విసర్గభావం యొక్క అంతర్నిహితతత్వ చక్ర భ్రమణ ములను సూచిస్తాయి సర్పములు. అంతర్నిహితతత్వ ప్రక్రియలో మేధస్సు తగ్గిన జీవితాన్ని ఒక ప్రాణిగా సర్పం సూచిస్తుంది. శేషము, కుండలిని అయిన మిగులు శక్తి అంతర్గత స్థితిలో ఉన్నది. అంతేకాని, సృష్టి చక్రం పూర్తి అయిన తర్వాత క్షీణించిన శక్తి కాదు. తన ఉద్దేశ్యాన్ని నెరవేర్చడంలో క్షీణించిపోయిన శక్తికి అంతర్గతమైన మిగులు ఉంటేతప్ప తాను సృష్టించిన దానికి ఆధారంగా పని చేయ జాలదు. అందువల్ల ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మ తన అంతర్గత స్థితిలో విశ్వానికి ఆధారంగా నిలుస్తుంది. శేష శక్తి వేరొక పనికూడ చేస్తుంది. స్థిర రూపంలో ఉన్న శక్తి ఊర్ధ్వముఖంగా పరిణామం చెంది, తన స్వస్థానానికి తిరిగి వెళ్ళేందుకు బలమైన కుదుపు ఇచ్చే అనంతమైన శక్తి మేలుకొన్న శేషశక్తిలో, కుండలినీ శక్తిలో ఇమిడి ఉన్నది. సృష్టికి ముందున్న భూత భావమును పురాణాలు మాతృదేవతగా వర్ణి స్తాయి. ఉచ్ఛిష్ఠ శక్తిని సర్పములుగా వర్ణిస్తాయి.

—0—

# మూడవ అధ్యాయము

## పరిణామం

భూతభావంలోని విశ్వవ్యాపకమైన జీవతత్వం, అనగా భూత భావం యొక్క గతిశీల రూపం అంతర్నిహితం అవుతుందని సృష్టిలోని వివిధ శ్రేణులలోనికి పరివర్తన చెందుతుందని, సృష్టిఅంతా పూర్తి అయిన తర్వాత శేష ఆవేశంగా మిగిలి ఉంటుందని వెనుకటి పుటలలో చూపబడింది. సృష్టి చక్రంలోని అధో అర్ధభాగం ఇది. ఆ శేష ఆవేశం ఊర్ధ్వముఖంగా పయనించినపుడు, అది జీవతత్వాన్ని పరిణామం చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. ఆ విధంగా సృష్టి చక్రంలోని పరిణామాత్మక మైన అర్ధభాగాన్ని పూర్తిచేస్తుంది. తన మూల స్థానానికి తిరిగి చేరు కొంటుంది. సాధారణ పరిజ్ఞానాన్నిబట్టి—ప్రాశ్చాత్యుల పరిణామ

---

గమనిక : పరిణామము, అంతర్నిహితత్వము అను పదాలను జీవతత్వపరంగా మేము వాడాము. అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలో జీవ తత్వం భౌతిక సృష్టియొక్క పొరలలో అంతర్నిహితం అవుతుంది. పరిణామ ప్రక్రియలో జీవతత్వం మానసికము, ఆధ్యాత్మికము అయిన వివిధ దశలలో బయటకు పరిణామంచెందడం ప్రారంభిస్తుంది.

ప్రాణము కారణ, సూక్ష్మ దశల ద్వారా జడ ప్రకృతియొక్క స్థూల రూపములలోనికి దిగివస్తుంది. ఇది అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియ ఆవరణలను వదలే ప్రక్రియలో ప్రాణము స్థూలమైన భౌతిక జీవదశల నుండి అధఃచేతన, చేతన, ఆత్మచేతన దశలద్వారా శుద్ధమైన స్వరూప మునకు ఎదుగుతుంది. ఇది పరిణామ ప్రక్రియ. ఈ గ్రంధంలో ఈ పదాలు రెండూ ఈ అర్ధంలో వాడబడ్డాయి.

సిద్ధాంతం ప్రకారం క్రిందిస్థాయి జీవరూపములనుండి క్రమంగా పైస్థాయి జీవరూపములు ఉదయిస్తాయి. అట్టడుగు దశలో జీవం వృక్షరూపంలో వ్యక్తం అవుతుంది. దానినుండి పశుజీవనం ఉదయిస్తుంది. చివరికి మేథస్సు కలిగిన మానవప్రాణి ఏర్పడతాడు. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం మానవ జీవితం పరిణామానికి ముగింపుకాదు. అది మధ్య దశ-భావి యుగాలలో సంపూర్ణమైన మానవజీవనం వికసించడానికి అది మధ్యే మార్గం ఇది పాశ్చాత్యుల భావన, ప్రాచ్యతత్వవేత్త ఇందుకు విభిన్నమైన సిద్ధాంతాన్ని ప్రతిపాదిస్తాడు. ఆ తత్వవేత్త ప్రకారం—వృక్ష ప్రపంచంనుండి జంతు ప్రపంచానికి, చివరకు మానవదశకు పరిణామం చెందే ప్రక్రియలో జీవాత్మలు మరణం తర్వాత ఒక శరీరం నుంచి మరొక శరీరానికి ప్రయాణించేస్తాయి. వృక్ష శరీరాలు, జంతుశరీరాలు, మానవశరీరాలు జీవాత్మలకు తమ ఎగువప్రయాణంలో వాహనాలుగా పని చేస్తాయి. ఈ వాహనాల మొత్తం సంఖ్య 84లక్షలు* అని చెపుతారు. అయితే పరిణామదశలోని పరమోన్నత రూపమైన మానవప్రాణి

---

* చేతన జీవనంలోని వివిధ జాతుల ఉనికి భూమిపై సూర్య కిరణముల ప్రత్యక్ష ఫలితం. రాశులు లేదా సంవత్సరంలోని నెలలు 12. వారమునకు రోజులు 7. 12×7=84. జీవన దాయినులు అయిన సూర్య కిరణములు లక్ష (100×1000) సంవత్సరం పొడవునా ప్రసారం అవుతూ ఉంటాయి. వేదములు సూర్యుని సహస్ర రశ్మిగా (వేయి కిరణములు గలవాడు) వర్ణిస్తున్నాయి. ప్రతి కిరణము తన పాత్రను వంద విధములుగా నిర్వహిస్తుంది.

సహస్రరశ్మిః శతధా వర్తమానః ప్రాణః ప్రజానాముదయత్యేష సూర్యః॥

భగవత్ సాక్షాత్కారానికి సాధనం. మానవులోని ఆలోచించే, భావన చేసే, సంకల్పించే భాగం ఆత్మ అని నిర్వచించారు. ఆత్మ జీవతత్వము, మనస్సు రెంటియొక్క సమష్టి ఫలితం. అందువల్ల అది ఆత్మవికాస సూత్రాలకు లోబడి ఉంటుంది. శుద్ధమైన జీవతత్వం ఎన్నడుఎలాంటి మార్పుచెందదు. పరివర్తన పొందదు. దానికి వికాసం కాని క్షీణదశ కాని ఉండదు. మారేదీ, వికాసం పొందగలిగేదీ మనస్సు, మనస్సుకు సంబంధించిన అన్ని విషయాలు. మారే ప్రతివస్తువూ నశింపు కలిగినది. శాశ్వతం కానిది. జీవతత్వం చిరంతనం. మార్పులేనిది. అందువల్ల భారతీయ మనీషులు మనస్సును సృష్టి అయిన తత్వములలో ఒకటిగా వర్గీకరించారు.

వృక్ష శరీరాలలో, జంతుశరీరాలలో, మానవ శరీరాలలో భౌతికము, అధిభౌతికము అనే రెండు భాగములు ఉంటాయి. ప్రాణం ఈ రెండింటిని జోడిస్తుంది. ప్రాణం వానిలో ప్రకాశిస్తుంది. అవి సజీవములుగా కనపడేటట్లు చేస్తుంది. మొదటిది భౌతిక శరీరం, భౌతిక పదార్థములతో కూడిన శరీరం. రెండవది సూక్ష్మశరీరం. మరింత సూక్ష్మమైన తత్వములతో కూడిన శరీరం. వివిధ జాతులకు చెందిన భౌతిక శరీరముల క్రమ వికాసం శారీరిక వికాసం. మనస్తత్వ వికాసం వివిధ జన్మలు పొందడం ద్వారా కలిగిన అనుభావాలసారం. కూరగాయలకు సైతం కొంత స్పర్శ జ్ఞానం ఉంటుంది. ముట్టుకుంటే ముడుచుకుపోయే అత్తపత్తి మొక్క పలువురికి తెలిసినదే. కొన్ని చెట్లు మాంసాహారులు. అవి పురుగులను, పక్షులను, చివరకు జంతువులను సైతం పట్టుకుంటాయి. వాటిరక్తం పీల్చి, వాటిని చంపివేస్తాయి. లుపినాస్ జాతిమొక్కలు ఉన్నాయి. తోడేలుకు లాటిన్ పదం లుపినాస్, కొన్ని చెట్లు సంగీతంవల్ల ప్రభావితం

అవుతాయి. చెట్లు అన్నీ సుఖదుఃఖాల అనుభూతులను ప్రదర్శిస్తాయని డాక్టర్ జగదీశ్‌చంద్రబోస్ శాస్త్రీయ పద్ధతులలో నిరూపించారు. వృక్షములకు ఐదు ఇంద్రియములలో ఒకటి రెండు మాత్రమే ఉంటాయి. వాటికి పోషక పదార్థాలను గ్రహించే శక్తి ఉంటుంది. అయితే మనస్సు ఉండదు. ఉన్న శక్తులుసైతం పెద్దగా వికాసంపొంది ఉండవు. దోమలు, ఈగలు, నల్లులు, చీమలు, అటువంటి ఇతర కీటకములు భయాన్ని చూపుతాయి. కొంత తెలివిని కూడ చూపుతాయి. ప్రమాదంగురించి రవంత సూచన అందినా, ప్రాణభయంతో పారిపోతాయి. పెద్ద జంతువులకు, పక్షులకు ఇంద్రియాలు అన్నీ ఉంటాయి. మాట ఉండదు. అయితే అవిచేసే ధ్వనులకు కొన్ని అర్థాలు ఉంటాయని భావించబడుతున్నది. అవి భయాన్నికాని, సంతోషాన్నికాని, తమ సహచరులకు పిలుపును కాని సంకేతాన్నికాని వ్యక్తం చేస్తాయి. పెక్కు జంతువులు ఇతర జాతులు చేసే ధ్వనులనుండి భయ సంకేతాలను అందుకుంటాయి. పులి కాని పాముకాని దగ్గరవుతున్నపుడు లేళ్లు, పశువులు పక్షులనుండి సంకేతాలను అందుకుంటాయని గుర్తించబడింది. జంతువులు అన్నింటికి కొంత తెలివి ఉంటుంది. ప్రేమ, ద్వేషం, దౌష్ట్యం, కోపం, కృతజ్ఞతా భావం ఉంటాయి. ఏది మంచిదో, ఏదిహానికరమో అవి విచక్షణతో తెలుసుకోగలుగుతాయి. ఇతరులు ప్రేమగా ఉన్నారో, కోపంగా ఉన్నారో అవి తెలుసుకోగలవు. వాటికి జ్ఞాపకశక్తి ఉంటుంది జంతువులు అన్నింటికి మృత్యు భయం ఉంటుంది. అయితే, వాటికి ఉండే ఆలోచనా శక్తి సమగ్రమైనది కాదు. మరోప్రక్క-మానవుడు అన్ని విధములుగా సంపూర్ణమైన ప్రాణి. మరింతగా వికాసం పొందడానికి అతడికి అనంతమైన సామర్థ్యం ఉన్నది. జీవాత్మ ఒక శరీరం చనిపోయిన తర్వాత మన సత్వ వికాసానికి శారీరికంగా అనువైన మరొక శరీరాన్ని ధరిస్తుంది. వివిధ పరిణామ దశలలో మన సత్వ పరిణామం

క్రమపద్ధతిలో వ్యక్తం కావడానికి వివిధ శరీరాలు ఉపకరిస్తాయి. జీవ తత్వం ఆ శరీరాలతో తాదాత్మ్యం పొంది జీవి రూపంధరిస్తుంది. మేధస్సును ఉన్నతోన్నత దశలకు వికసింపజేస్తున్నట్లు కనపడుతుంది. కొత్త అనుభవాలు, కొత్త పరిజ్ఞానం పూర్వజన్మలలో సంపాదించిన వాటికి తోడవుతాయి. బాహ్యశరీరాల భౌతిక ఆవరణలు నశించిన తర్వాతకూడ ఆ ప్రక్రియ కొనసాగుతుంది. పూర్వజన్మల సంస్కారాల స్మృతి మసకపడుతుంది. మరపుపొందినట్లు కనపడుతుంది. కాని, అది ఎన్నడూ పూర్తిగా చెరిగిపోదు. అది అంతశ్చేతనలో కలిసిపోయి, సహజ ప్రవృత్తి రూపం ధరిస్తుంది. ఆ విధంగా సముపార్జించి పెంపొందించు కున్న జ్ఞానం ప్రస్తుత జన్మలోకాని, తర్వాత జన్మలలోకాని భావిప్రగతికి ప్రాతిపదికగా ఉపకరిస్తుంది. ఇది జీవపరిణామం కాదు. మన సత్వ వికాస క్రమం మాత్రమే. క్రిందిస్థాయి జీవరూపంనుండి పైస్థాయి జీవరూపమునకు మన సత్వ వికాసంలోని ప్రతిదశ ప్రాణశక్తి నిద్రిస్తున్నదని ప్రాచ్యతత్వవేత్తలు పరిగణించే పరిణామ దశ.

ప్రస్తుతం పరిణామదశ నడుస్తున్నదని, చక్రంలోని అంతర్నిహితత్వ అర్ధభాగం పూర్తయిందని, కొంత విరామం తర్వాత చక్రం తిరిగి ఊర్ధ్వముఖంగా పరిణామదశలో నడుస్తుందని, ప్రస్తుతం జీవనం అభివ్యక్తియొక్క ఉన్నత భూమికలకు పరిణామం చెందుతున్నదని కొందరు పాశ్చాత్య రచయితలు వ్రాశారు. హైందవ సిద్ధాంతం ప్రకారం ఇది సరైన దృష్టికాదు. అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియ పూర్తిఅయిన తర్వాత విశ్వశరీరం కల్పకాలం జీవిస్తుందని వారివిశ్వాసం. కల్పం అనగా బ్రహ్మదేవుని పగలు. కల్పాంతంలో ప్రళయం వస్తుంది. అనగా విశ్వశరీరం మరణిస్తుంది. అంతే ప్రమాణం కలిగిన బ్రహ్మదేవుని రాత్రి ప్రారంభం అవుతుంది. అపుడు బ్రహ్మాండం అవ్యక్తంలోనికి, అనగా అభివ్యక్తం కాని విసర్గభావంలోనికి తిరిగి వెళుతుంది.

అక్కడ బంధములలో ఉన్న జీవాత్మలు మహాసుప్తిలోనికి, దీర్ఘ నిద్ర లోనికి వెళతాయి. జీవనం భగవత్ సాక్షాత్కారంగా పరిణామం చెంద వలసి ఉంటుంది. ప్రతివ్యక్తి వ్యక్తిగత కృషి ద్వారా చేయ వలసిన పని ఇది. వాస్తవానికి నిజమైన పరిణామం ఇదే. ప్రతి శిశువు పుట్టగానే 'మా' అని అంటుంది. జంతువులు సైతం అంటాయి. 'మా' అనే శబ్దానికి అర్థం 'తల్లి', 'మా'అనే శబ్దంలో మొదట 'మ్'ఉన్నది. చివర 'ఆ' ఉన్నది. సంస్కృతంలో 'మ' కారం శివునకు ప్రతీకం. అనగా అధ్యాత్మ భావానికి ప్రతీకం. "ఆ" అనే వర్ణం బ్రహ్మకు ప్రతీ కం అందువల్ల 'మా' శబ్దం సృష్టిని సూచిస్తుంది. 'మా' శబ్దాన్ని తల క్రిందులు చేస్తే 'ఓమ్' శబ్దం వస్తుంది. 'ఓమ్'శబ్దం జపం భగవత్ సాక్షాత్కారానికి దారితీస్తుంది. అనగా పరిణామ ప్రక్రియను మేలు కొలుపుతుంది.

పరిణామక్రమంలోని అధో భూమికల నుండి ఊర్ధ్వ భూమికల వరకు గల జీవులు అన్ని యుగాలలో ఏక కాలంలో వివిధ లోకాలలో నివసిస్తారని హిందువుల విశ్వాసం. మన భూలోకానికి పైన ఉన్నవి దేవతలు, ప్రజాపతి, బ్రహ్మ నివసించే లోకాలు. స్వర్గలోకం, మహర్ లోకం, జనలోకం, తపోలోకం, సత్యలోకం అని వాటిని పిలుస్తారు. ఆధ్యాత్మికంగా ఎదిగిన జీవాత్మలు మరణం తర్వాత తమ ప్రగతికి అను గుణమైన లోకాలకు వెళతారు. ఉన్నత లోకాలలోని దేవతల శరీరాల ద్వారా కాక, మానవ శరీరం ద్వారానే మోక్షం, అనగా అంతర్నిహి తాత్మకమైన మాయయొక్క చక్రాల నుండి విముక్తి సాధ్యపడుతుం దని పెద్దలు చెపుతారు. దేవతలు కూడ క్రిందికి భూలోకానికి దిగివచ్చి, మానవ శరీరాలను ధరించవలసి ఉంటుంది. మానవశరీరాల వద్దమాత్రమే భగవత్ సాక్షాత్కారమనే పరిణామ ద్వారాన్ని తెరిచే తాళం ఉన్నది.

కేవలం పాండిత్యం ద్వారా మేధా సంపత్తి ద్వారా ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని సాధించలేము. ప్రస్తుత యుగం విజ్ఞాన శాస్త్రపరిశోధనా రంగములో గొప్ప ప్రగతిని సాధిస్తున్నది. మానవుని మేధస్సు అత్యున్నత స్థాయిని అందుకొన్నట్లు కనిపిస్తున్నది. అందువల్ల ఇది పరిణామ దశ అనే విశ్వాసం పాశ్చాత్య మేధావులకు కలిగింది. ఆ మేధావుల ప్రకారం ఈ పరిణామ చక్రం అగ్రభాగాన్ని చేరినప్పుడు ఈ యుగంలో మహత్తరమైన మేధాసంపత్తి, ప్రకృతి శక్తులపైన ప్రకృతి వనరులపైన అత్యధికమైన ఆధిపత్యం కలిగిన మానవులు ఉదయిస్తారు. అయితే, పరిణామం విషయంలో హిందూ భావన ఇందుకు భిన్నంగా ఉన్నది. మాయ పొరలనుండి విడివడటం ద్వారా జీవాత్మలు స్వచ్ఛందంగా తిరిగి పరమాత్మలో లీనం అవుతాయని వారికి విశ్వాసం. ప్రకృతి సహజసిద్ధంగా పరిణామ క్రమాన్ని అమలుజరిపే పక్షంలో- వృక్షజాలం నుండి జంతుజాలం వరకు జీవితం అంతా సామూహికంగా పరిణామాత్మక పురోగమనంలో పాల్గొనే సమయం, వృక్షములు జంతువులు అన్నీ మానవులుగా పరిణామం పొందే సమయం వచ్చితీరాలి. పైరు పచ్చ లేక, చెట్టుచేమలు లేక, అందాలు చిందే పక్షులు పాడే మధురగానంతో మారుమ్రోగే నందనవనాలు లేక, సేవించే జంతు సంతతి లేక, మరుభూమివలె ఉండే అటువంటి ప్రపంచంలో మానవుల జీవితం దుర్భరంగా, ఘోరంగా ఉంటుంది. ఇటువంటి సామూహిక పరిణామంలో హిందువులకు విశ్వాసంలేదు. ఎప్పుడు తలచుకొంటే అప్పుడు ఆ దిశలో కృషిప్రారంభించి భగవానుని విశ్వజీవ తత్వంలోని తమ మూలస్థానానికి తిరిగి చేరుకొనే అవకాశం ప్రతివ్యక్తికీ ఇవ్వబడిందని వారి భావన. గతిశీలమైన జీవతత్వం అంతర్నిహితతత్వ ప్రక్రియ పూర్తయిన తర్వాత మానవ శరీరంలో శేషశక్తిగా నిద్రించి ఉంటుంది. ఆ శేషశక్తిని యోగులు కుండలినీ శక్తిగా గుర్తించారు. అంతర్నిహితతత్వపు పొరలను క్రమంగా విప్పి

చివరకు పరమాత్మలో లీనమయ్యే పూర్తి సామర్థ్యం ఆ కుండలినీశక్తికి ఉన్నది. పరిణామాత్మకమైన ఈ మలుపు ప్రారంభమైనప్పుడు, చుట్టలు చుట్టుకొని ఉన్న కుండలినీ శక్తి మేలుకొంటుంది. అంతర్నిహితత్వపు మడతలు విడివడడం ప్రారంభం అవుతుంది. అప్పుడు- అనతికాలంలోనే, ఈ జీవితకాలంలోనే పూర్తి విముక్తి సాధ్యమవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక పరిణామం యొక్క ఊర్ధ్వ గమనం ఇది. ఈ గమనంలో అద్భుత శక్తులు, ఉన్నత భూమికల దర్శనములు, అంతఃకరణ ప్రవృత్తులు, దివ్య జ్ఞానం వంటి అతీంద్రియ శక్తులు లభ్యమవుతాయి. కొలది కాలంలోనే తమోగుణం పటాపంచలు అవుతుంది. శాంతిని భంగపరచే కామము, క్రోధము, లోభమువంటి రాజసిక ప్రవృత్తులు లొంగిపోతాయి. సాత్వికమైన సమదర్శనం, నిర్వికారమైన ప్రశాంతత, దివ్యానంద పారవశ్యం వెల్లివిరుస్తాయి. చివరకు మాయావరణం పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. పరమాత్మ తనదివ్యప్రభలతో, స్వీయకాంతిచ్ఛటలతో సాక్షాత్కరిస్తాడు.

పరిణామం-మానసికం, ఆధ్యాత్మికం :

ఈ అధ్యాయం ముగించే ముందు పరిణామ క్రమంలోని మనస్తత్వ పరిధికి, ఆధ్యాత్మిక పరిధికి ఆచరణలో ఉన్న అంతరాన్ని వివరించడం సముచితం అనిపిస్తుంది. మనస్సుతో, బుద్ధితో అనుబంధం కలిగిన జీవి ఆత్మ, దేనితోనూ అనుబంధంలేని జీవతత్వం, మనస్సును శరీరాన్ని చైతన్యవంతంచేసే, వెలుగులు విరజిమ్మే జీవతత్వం పరమాత్మ. సైకోజెనెసిస్, సైకోగనీ అనే పదాలను మనస్తత్వ పరిణామానికి మాత్రమే వాడతారు. మానసిక శక్తుల వికాసాన్ని సూచించే పదాలు అవి. ఎదగని మనస్సు కలిగిన వ్యక్తి తన మనస్సును అదుపుచేయలేడు. అటువంటి మనస్సు గమ్యం అనేది లేకుండా విచ్చలవిడిగా తిరు

గుతూ ఉంటుంది. దాని శక్తులు వృథా అయిపోతాయి. వాటివల్ల ప్రయోజనం ఉండదు. అటువంటి వ్యక్తులకార్యకలాపాలలో మానవప్రవృత్తి కన్న పశుప్రవృత్తి హెచ్చుగా ఉంటుంది. ఆ కార్యకలాపాలలో స్వార్థపరత్వం, వ్యక్తిగతమైన కోర్కెలను తనివితీర తీర్చుకోవడం, విషయవాంఛలను తీర్చుకోవడం చేరి ఉంటాయి. ఇంద్రియ సుఖాలకు వశం కావడం, స్వేచ్ఛాకామం, క్రోధం, తన స్వంత అన్నదమ్ముడికి, పొరుగింటి వ్యక్తికి ద్రోహంచేసి తాను గొప్పవాడు కావాలనే ప్రయత్నం వాటిలో ఇమిడి ఉంటాయి. అటువంటి వ్యక్తుల జీవితాలకు భోగవాదమే పరమలక్ష్యం. అయితే మంచి విద్యద్వారా, పాండిత్యం ద్వారా సాహిత్య అభిరుచి ఉదాత్త ఆలోచనలో ఆనందం, సంగీతంలో లలితకళలలో అభినివేశం కళలో, శాస్త్రంలో, గణితంలో, పరిశోధనలో ఆనంద అనుభూతి కలిగే అవకాశం ఏర్పడుతుంది. అప్పుడు మనస్సు నిరంతర అనుశాసనం ద్వారా సంకల్పించిన మార్గాలలో ప్రవహించే శిక్షణ పొందుతుంది. సదవగాహన, మంచి తార్కికబలం కలిగి, మనస్సు సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతుంది. మనస్సును ప్రగాఢమైన ఆలోచనపై లగ్నం చేయగలుగుతాము. భోగవాదంలో కన్న బుద్ధిపరమైన క్రియాకలాపాలలో వ్యక్తి మరింత ఉదాత్తమైన ఆనంద అనుభూతిని పొందుతాడు అన్నది ఋజువైనవాస్తవం.

ఆధ్యాత్మిక పరిణామం మరింత ఉన్నతమైన భూమికలో ప్రవేశించే అవకాశం కల్పిస్తుంది. చిత్తమును ఆకాశంకన్న సూక్ష్మమైన ద్రవంతో, అత్యధికంగా ఒత్తిడి చేయడానికి వీలైన ద్రవంతో పోల్చవచ్చు. చిత్తమును ఒక బిందువుపై కేంద్రీకరించినప్పుడు, లగ్నం చేసినప్పుడు దానికి సహజంగా తీవ్రమైన శక్తి సమకూరుతుంది. దానికి శక్తి ఆవేశం కలుగుతుంది. ఆ ఆవేశం యొక్క ఒత్తిడి తగ్గినప్పుడు,

మనస్సు జ్ఞానంతో, మన స్తత్వశక్తితో నిండి ఎగసివస్తుంది. మనస్సు రెండు విధాలుగా పనిచేస్తుందనే వాస్తవం మనోనిగ్రహంకలిగి, గాఢంగా ఆలోచించడం అలవాటు చేసుకున్నవారికి అర్థం అవుతుంది. మొదటి మార్గంలో మనస్సు ఒక సమస్యతో కుస్తీపడుతుంది. దానిని గట్టిగా పట్టుకుంటుంది. తర్కబద్ధమైన క్రమంలోఆయావివరాలను అనుసరిస్తుంది పరిష్కారాన్ని కనుగొంటుంది. రెండవ మార్గంలో మనస్సు ఆ సమస్య పరిశీలనకు అవసరమయ్యే వివరాలను అన్నింటినీ సేకరిస్తుంది. ఆతర్వాత మొదటి మార్గంలో వలె వాటిని హేతుబద్ధంగా క్రమపద్ధతిలో పరిశీలించ డానికి బదులు-మనస్సు ప్రశాంత స్థితిలోనికి వెళుతుంది. ఆ విధంగా మనస్సు కొంతకాలం ప్రశాంతంగా, నిర్మలంగా, స్థిరంగా ఉన్నదశలో తళుక్కున మెరపు మెరసినట్లు ఆ పరిష్కారం తట్టుతుంది. రెండవ పద్ధతి మరింత ప్రయోజనకరమైనది. మరింత విలువైనది. మరింత సుల భమైనది. ఆపద్ధతిలో ఎన్నో అవకాశాలు ఉన్నాయి. అయితే, అందుకు ఒకషరతుఉన్నది. మనస్సుకు తగినంతస్థిరత్వం, నిర్మలత్వంఅలవడాలి. అందుకు క్రమపద్ధతిలో సాధన చేయడం అవసరం. మనస్సును శూన్య స్థితిలోనికి తీసుకువెళ్ళడం ఎలాగో, ఆస్థితిలో దానిని తగినంత కాలం నిలిపిఉంచడం ఎలాగో వ్యక్తి నేర్చుకోవలసి ఉంటుంది. ఈ పద్ధతులు రెండింటిలోనూ మనస్సుయొక్క ఆశయం వస్తుపరమైనదే. సందర్భాలు రెండింటిలోనూ మనస్సు అధః చేతన తలుపు తట్టుతుంది. అధఃచేతన స్థితిలో ఉన్న మనస్సు నుండి అంతర్ దృష్టితో కూడిన జ్ఞానం అందు తుంది. క్రియాకర్మ చైతన్యాన్ని కొంతసమయం మౌనం వహించేటట్లు చేసినప్పుడు, అధఃచేతన స్థితిలో ఉన్న మనస్సుయొక్క కార్యశీలత పెరుగుతుంది. అది సహజసిద్ధంగా, రహస్యమైన రీతిలో పనిచేస్తుంది. మనస్సును కుదించి కేంద్రీకరించి నప్పుడు- ఆ ఒత్తిడి తొలగిన వెం టనే మనస్సు శూన్యస్థితిలోనికి వెళ్ళే దశకు చేరుతుంది. అయితే,

తొలుత కేంద్రీకరించి నప్పటి ఆశయం దాని చలనశక్తిని నడుపుతుంది ఫలితంగా చలనదిశను అదుపుచేస్తుంది. మనస్సు ప్రాణమునుండి జనించినదని, ప్రాణము జీవతత్వంయొక్క తొలి అభివ్యక్తి అని మొదటి అధ్యాయంలో చెప్పబడింది. అందువల్ల మనస్సును తన జీవాత్మయొక్క వ్యక్తి పరమైన తత్వముపై, అనగా ఆధ్యాత్మిక తత్వముపై కేంద్రీకరించినప్పుడు; ఆలోచనలు, గతస్మృతులు, అభిప్రాయములు, భావనలు అన్నింటినుండి విముక్తి పొందిన స్వీయమైన జ్ఞాన ఆత్మపైన కాని, సర్వవిదుడు, సర్వజ్ఞుడు, సర్వశక్తి మంతుడు, సర్వాంతర్యామి అయిన చేతనాతీత విశ్వాత్మగా భగవానునిపై కాని మనస్సును ఏకాగ్రంచేసి నపుడు ఆమనస్సుకు ఒకసహజ ప్రేరణలభిస్తుంది. ఆ కేంద్రీకరణ తొలగినప్పుడు, ఆప్రేరణ ఆ మనస్సుకు తనమూలంలోనికి వెళ్లేందుకు ప్రోత్సాహాన్నిఇస్తుంది. తీగెచుట్టను విప్పివదిలితే, అది వ్యతిరేకదిశలోబలంగా తన్నుతుంది. అదేవిధంగా, కేంద్రీకరణతర్వాత పట్టుసడలించినప్పుడు, మనస్సు దానిని మొదట కేంద్రీకరించడం వెనుకఉన్న ఆశయంపై పుబాణంవలెదూసుకుపోతుంది. అందువల్ల మనస్సును అంతర్ముఖం చేసినప్పుడు కేంద్రీకరణద్వారా లభించిన ప్రోద్బలంతో అదితన మూలంలోనికిదూసుకుపోతుంది. అటువంటి మనస్సు మొదట శూన్యస్థితిలోనికి వస్తుంది. ఆ తర్వాత క్రమంగా తన ప్రాణంలోనికి తిరిగి ప్రయాణం ప్రారంభిస్తుంది. ఆతర్వాత ఆధ్యాత్మభావంలో కలసి దానిలో లీనమయ్యే దశకు చేరుతుంది. సమాధి స్థితి ఏర్పడుతుంది. అప్పుడు మనస్సులోని అధఃచేతన గుదిబండగా పని చేయదు. ఎందుకంటే, కర్మచైతన్యం యొక్క తొలి గమనమును వస్తుపరత్వ రహితమైన వ్యతిరేక దిశలో మళ్ళించి ఉన్నాము. అటువంటి మనస్సు కర్మ చైతన్యాన్ని తిరిగి చేపట్టినప్పుడు ఆధ్యాత్మిక తేజస్సుతో నిండి వెలికి వస్తుంది.

ప్రాజ్ఞులు వాక్కును మనస్సులోను, మనస్సును జ్ఞాన- ఆత్మలోను, జ్ఞాన- ఆత్మను మహాన్- ఆత్మలోను, మహాన్ ఆత్మను శాంత ఆత్మలోను లీనం చేయాలని కఠోపనిషత్తు బోధిస్తున్నది. మహాన్ ఆత్మ అనగా విశ్వ చైతన్యం. శాంతి ఆత్మ అనగా మూలంలో ఉన్న ఆధ్యాత్మభావం. మహాన్ ఆత్మ అనగా విశ్వ-ప్రాణము అని, జ్ఞాన ఆత్మ అనగా జీవ-ప్రాణము అని ఇంతకుముందే పేర్కొని ఉన్నాము. వాక్కు ఆలోచనలకు శబ్ద రూపం. ఆలోచనలు అభిప్రాయాలకు పద రూపములు. అంతర దృష్టితో కూడిన అభిప్రాయాలు అధఃచేతన నుండి ఉదయిస్తాయి. అందువల్ల- వాక్కును మనస్సులోనికి వెనుకకు మరలించడంతో- అభిప్రాయాల పుట్టుక, ఆలోచనల ఉదయం ఆగి పోవలసి ఉంటుంది. మనస్సు అంతటి శూన్య దశను, అంతటి జ్ఞాన దశను చేరుకుని, ఆ తర్వాత కూడ తన జ్ఞాన ఆత్మను ధ్యానిస్తున్న పుడు- అది పరమ ఆత్మను ఆవిష్కరిస్తుంది. దానితో తాదాత్మ్యం చెందుతుంది. చివరకు దాని దైవతత్వంలో లీనం అవుతుంది. మనస్సు పొందే ఈ పరిణామంతో పైన ప్రస్తావించిన పరిణామ చక్రం పూర్తవు తుంది. కులము, మతము, తెగ, జాతి అనే అంతరం లేకుండా మానవ జీవనానికి పరమ లక్ష్యం అదే, ప్రస్తుతమూ, భవిష్యత్తులోనూ కూడా. యుగయుగాలుగా భారతవర్షం ముందున్న ఆకాంక్షఅదే. నేటికీ అదే. భారతీయ నాగరికత యొక్క మనుగడ, భారతీయ సంస్కృతి మనుగడ ఈ పరిణామ భూమికపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. విదేశీ దురాక్రమణలను, ఆధిపత్యాలను తట్టుకొని భారతదేశం తన మనుగడ నిలుపుకున్నదంటే- ఆ పరిణామం ఈ లక్ష్యంవైపు ప్రపంచాన్ని నడిపించడానికి మాత్రమే. భౌతికవాదం ఇతరులను దోపిడీ చేయడం, పైసాను పరమాత్మగా పూజించడం అనే కారుచీకట్లలో కొట్టు మిట్టాడుతున్న వారికి ఆధ్యాత్మిక కిరణాలను ప్రసరించే తేజఃపుంజముగా వెలుగొందడానికి మాత్రమే.

భౌతిక సంపదతో, అధికారంతో కన్నుగానని అజ్ఞాని తన నాగరికతను గురించి చెప్పుకునే గొప్పలు లేనిపోని భేషాయి కబుర్లు మాత్రమే.

పరిణామ సిద్ధాంతాన్ని సంగ్రహంగా ఇలా చెప్పవచ్చు. ఆత్మలు క్రింది జీవన స్థాయి నుండి పై జీవన స్థాయికి వికాసం పొందుతాయనే సిద్ధాంతం మానసిక జీవన వికాస క్రమాన్ని మాత్రమే సూచిస్తుంది. అసలు పరిణామం అదికాదు. ప్రాణంయొక్క అంతర్నిహితతత్వ ప్రక్రియను తలక్రిందులు చేయడమే నిజమైన పరిణామ ప్రక్రియ. అటువంటి ఆధ్యాత్మిక పరిణామం మానవ భూమికలో మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. ప్రతి పురుషుడు, ప్రతి స్త్రీ వేర్వేరుగా వ్యక్తిగతంగా చేపట్టవలసిన పరిణామం అది. మానసికంగాకాని, ఆధ్యాత్మికంగా కాని- సామూహిక పరిణామం ప్రస్తుత విషయం కాదు. అటువంటి పరిణామం జరిగే అవకాశం బహుకొద్ది.

హైందవ ధర్మశాస్త్ర గ్రంధాలలో కృత, త్రేతా, ద్వాపర, కలి యుగముల ప్రస్తావన పలుమారులు వస్తుంది. ఈ యుగములు నాలుగు ఒకదానితర్వాత ఒకటి వస్తాయి. నాలుగు యుగాల చక్రం పూర్తయిన తర్వాత మళ్ళీ ఆ నాలుగు యుగాలే వస్తాయి. వాటి కాల పరిమాణం 4 : 3 : 2 : 1 నిష్పత్తిలో ఉంటుంది. యుగాలలో చిన్నది కలియుగం. అది 4,32,000 సంవత్సరాలు నడుస్తుంది. సామూహిక ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశం కృతయుగంలో అత్యధికంగా, కలియుగంలో అత్యల్పంగా ఉంటుంది. ఆవిధంగా 43,20,000,000 సంవత్సరాలు గడుస్తాయి. ఇది వేయి కెరటములు కలిగిన బ్రహ్మదేవుని పగలు. ఆ తర్వాత విశ్వ శరీరం కరిగి పోతుంది. ప్రళయం వస్తుంది. అది బ్రహ్మదేవుని రాత్రి. అది అంతే కాలం సాగుతుంది. నాలుగు యుగాల లోని వేయి కెరటాలలో ప్రస్తుతం 501వ కెరటం నడుస్తున్నది.

# నాల్గవ అధ్యాయము

## మోక్ష భావన

### పునర్జన్మ

మానవుని పరమలక్ష్యం మోక్షం. మోక్షం అనగా విముక్తి. మరణం తర్వాత జీవితం ఏమవుతుందనే రహస్యాన్ని ఛేదించే ప్రయత్నంలో హిందూమతం, జైనమతం, బౌద్ధమతం నిర్దుష్టమైన హేతువాదం, శాస్త్రీయమైన భావనా బలం ఆధారంగా విశిష్టమైన పునర్జన్మ సిద్ధాంతాన్ని రూపొందించాయి. జీవాత్మయొక్క రహస్యాలను, మరణం తర్వాత జీవాత్మయొక్క ఉనికిని ఇంతవరకు కనుగొనలేక పోయిన పాశ్చాత్యులు ఇంద్రియాలకు అందే ప్రత్యక్ష ప్రమాణాలు, వాటి ప్రదర్శనలు ఆధారంగా నమ్మకాలను ఏర్పరచు కుంటారు. ఆవిధంగా ప్రదర్శించడానికి సాధ్యపడని విషయాలను వారు అంత తేలికగా నమ్మరు. అయితే, మోక్షభావనకూ, పునర్జన్మ భావనకూ సన్నిహిత సంబంధం ఉన్నది. అనాది అయిన కార్యకారణ సంబంధ క్రమంలో పరంపరగా కొనసాగే జనన మరణాల చక్రం పునర్జన్మ భావనలో ఇమిడి ఉన్నది. ఈ జనన మరణాల చక్రాన్ని నిలిపివేయవలసి ఉన్నది. జనన మరణాల బంధనమునుండి జీవాత్మ విముక్తి పొందడమే మోక్షం. అందువల్ల- జనన మరణాలకు అతీతుడు అయిన భగవానుని సాక్షాత్కరింపజేసుకోవడమే మోక్షం. భగవత్ సాక్షాత్కారం అనగా ఆయనతో ఏకం కావడం. ఆయనతో తనకుగల ఏకత్వాన్ని సాక్షాత్కరింప జేసు కోవడం.

పూర్వజన్మ స్మృతులు లభించిన సంఘటనలు, బహుఅరుదు. ఢిల్లీకి చెందిన శాంతిదేవికి కలిగిన అనుభం కొద్ది సంవత్సరాల క్రితం బహుళ ప్రచారం పొందింది. అది ఒక ఉదాహరణ. అటువంటి సంఘటనలను శాస్త్రీయ పద్ధతులలో సక్రమంగా అధ్యయనం చేయడానికి గట్టి ప్రయత్నాలు ఇంతవరకు జరగలేదు. ఆధునిక మనస్తత్వశాస్త్రవేత్త తన పరిజ్ఞానం కొరకు మెదడు యొక్క నిర్మాణంపైన మాత్రమే ఆధారపడతాడు. అతని దృష్టిలో మెదడు కారణం, మనస్సు దాని ఫలితం. మెదడు యొక్క పనిలో ఏకొద్ది తారుమారు జరిగినప్పటికి, నాడీమండలంలో ఏమాత్రంఅవ్యవస్థ ఏర్పడినప్పటికీ-వాటిప్రభావం మనస్సుమీద పడుతుందనీ, మనస్సు కల్లోలితంఅవు తుందనీ అతడుచెపుతాడు. ఆమాటనిజమే మానసిక శక్తులు బుద్ధిపరమైన శక్తులు మెదడుతో ముడిపడి ఉన్నాయి. అందువల్లఅవి సక్రమంగా పనిచేయడానికి లోపరహితమైన మెదడు అవసరం అవుతుంది. ఆకాశంలోని విద్యుత్ తరంగాలనుస్వీకరించి, వాటిని శబ్దంగా మార్చడానికై రేడియో సెట్ సక్రమంగా పనిచేసే స్థితిలో ఉండడం అవసరం. రేడియో యంత్రంలో ఎక్కడ ఏది చెడిపోయినా, శబ్దం సరిగా రాదు. అంతమాత్రాన విద్యుత్ తరంగాల మనుగడ రేడియో రిసీవర్ సెట్పై- ఆధారపడి ఉన్నదని చెప్పలేము. ఆ రేడియో సెట్ తన యంత్ర పరికరాల ద్వారా ఆ తరంగాల పర్యనువ్యక్తం చేస్తుంది. అంత మాత్రమే. ఆవిధంగానే-మనస్సు, బుద్ధి మెదడు నుండి ఏర్పడినవికావు. వాటికి స్వతంత్ర ప్రతిపత్తి ఉన్నది. శరీరం మరణించిన తర్వాతకూడ అవి జీవించి ఉంటాయి. జీవునితోపాటు మరోశరీరంలోనికి ప్రవేశిస్తాయి.

భారతీయ మనస్తత్వశాస్త్రవేత్తల ప్రకారం- మనస్సు అనగా చిత్తము ఆకాశము కన్న సూక్ష్మమైన పదార్థంతో కూడి ఉన్నది. మరణంతర్వాత జీవాత్మవెంట దాని భావిగమ్యానికి వెళ్లే సూక్ష్మశరీ

రంలో ఒక ప్రధాన అంగము చిత్తము. చిత్తము యొక్క అధోచేతన ఈ విధంగా ఏర్పడుతుంది. వ్యక్తిగ్రహించే, చేసే, ఆలోచించే ప్రతి విషయం యొక్క ముద్రను నిల్వ చేసే సామర్థ్యం చిత్త ద్రవ్యానికి ఉన్నది. గుర్తింపులు, కాంక్షలు, నిర్ణయాలు, ఆవేశాలు, ఉద్వేగాలు, భావనలు, ఇతరమానసిక క్రియలు- అన్నింటి ముద్రలను చిత్తం నిల్వ చేస్తుంది. ఆకాశంతో పోల్చి, దీనిని చిత్తాకాశం అని పిలుస్తారు. చిత్తాకాశంమీద పడిన ముద్రలను ఎన్నడూ చెరిపివేయలేము. వ్యక్తి జీవిత కాలంలో అవసరం వచ్చినప్పుడు వాటిని స్మృతిగా పునరుద్ధరించవచ్చు. మరణ సమయంలో చిత్తాకాశం కూడ మార్పుచెందుతుంది. జీవితకాలం అంతటిలో లభించిన ముద్రలు అన్నింటిసారాన్ని బీజరూపంలో అమ ర్చుతుంది. ఆయా వాసనల (ముద్రలు)తో కూడిన బీజశరీరాన్ని కారణ శరీరంఅంటారు. మరణసమయంలో ఈకారణశరీరం భౌతికశరీరంనుండి విడిపోయి సూక్ష్మశరీరం ఆధారంగా రక్తమాంసాలు కలిగిన మరొక శరీరాన్ని నిర్మిస్తుంది. తనలో నిల్వ ఉన్న పూర్వజన్మ సంస్కారము లను ఫలింపజేసి, దానిచుట్టూ నూతన శరీరాన్ని నిర్మించి పూర్వజన్మ లలో సాధించిన మానసిక, బౌద్ధిక శక్తులు మరింతగా వికసించడానికి అనువైన మానసిక బౌద్ధిక శక్తులను రూపుదిద్దే సామర్థ్యం కారణ శరీ రంలో ఇమిడి ఉన్నది. కనుకనే దానిని కారణ శరీరం అన్నారు. ఆ విధంగా- పూర్ణత్వాన్ని చేరుకునే చరమ లక్ష్యంవైపు పురోగమించ డంలో వ్యక్తి ఒక్కొక్క జన్మలో తన గుణగణాలను, శక్తియుక్తు లను పెంపొందించుకుంటూ పోతాడు. ఈ విధంగా పూర్వజన్మ అనేది సహజము, సరళము, హేతుబద్ధము అయిన సహజసూత్రము. సహజ ప్రవృత్తి, అధోచేతన, వివిధవ్యక్తుల బుద్ధికుశలతలలో ఉండేఅంతరాలు, కొందరు శిశువులలో ఎటువంటి శిక్షణ లేకుండానే మనోబలం బుద్ధిబలం అద్భుతంగా ఎదిగిఉన్న లక్షణాలు కానరావడం, ఈవిధమైన ఇతరసహజ

లక్షణాలు. వీటికి పాశ్చాత్య మన స్తత్వవేత్తలు కారణాలు చూపలేరు. మానవ మనస్తత్వంలోని ఇటువంటి క్లిష్ట సమస్యలకు పరిష్కారం పునర్జన్మలో ఉన్నది.

ఇక్కడ ఒక ప్రశ్న ఉదయించవచ్చు. పాత కర్మల సంస్కారాలు మరణం తర్వాత మిగిలి ఉండి తర్వాతి జన్మలో ప్రవేశించే పక్షంలో వాటిని జ్ఞాపకం తెచ్చుకోవడం ఎందుకు సాధ్యంకాదు? పూర్వ జన్మ స్మృతులు కలిగిన వ్యక్తుల ఉదాహరణలు లేకపోలేదు. అయితే అవి అపురూపమైనవి. స్వయం కృషి ద్వారా కూడ గత జన్మలోని సంఘటనల స్మృతులను పునరుద్ధరించడం సాధ్యమే. ధ్యాన సమాధి ద్వారా పూర్వజన్మ సంస్కారాలను గుర్తించి అటువంటి పరిజ్ఞానాన్ని పొందవచ్చు. సంస్కారాలు ఎల్లప్పుడూ అక్కడే ఉన్నాయి. మన మనస్సును వాటిపై ఏకాగ్రం చేసే సాధన ద్వారా మనం వాటిని వెలికి తీయవలసి ఉంటుంది. వాటిని స్మృతి పథంలోనికి తెచ్చుకొని, చైతన్య దశకు చేర్చవలసి ఉంటుంది. పూర్వజన్మ సంస్కారాలు ప్రస్తుత జన్మ సంస్కారాలను పోలినవే. మన మరపుయొక్క తీవ్రతలో తేడా ఉన్నది తప్పవాటి లక్షణాలలో తేడా లేదు. పరజన్మలో కొత్తశరీరాలు ధరించడం వల్లకాని, కాలగతిలో కాని అవి లోపించిపోవు. ఈ సంస్కారాల నిల్వ నుండి వెలికి వచ్చేవే వ్యక్తిలోని కామనలు. పతంజలి యోగదర్శనం ఇలా చెపుతున్నది.

సంస్కార సాక్షాత్కరణాత్ పూర్వజాతి జ్ఞానమ్

(యోగదర్శనం 3-18)

సంస్కారాలతో సంపర్కం కలిగితే, వ్యక్తి పూర్వజన్మల జ్ఞానాన్ని పొందుతాడు.

కత స్తద్విపా కామగుణానామే వాభివ్య క్తిలీసనానామ్
(యోగదర్శనం 4-8)

సంస్కారాలకు, వాని ఫలసిద్ధికి అనుగుణంగా కామనలు ప్రకటితం అవుతాయి.

జాతి దేశకాలవ్యవహితా నామప్యాన న స్తరం స్మృతిసంస్కార యోర్ ఏకరూపత్వాత్‌॥
(యోగదర్శనం (4-9)

దేశకాల పరిస్థితులను బట్టి వానిలో సాతత్యం దెబ్బతినదు. స్మృతి సంస్కారాలు ఏకరూపములు కనుక.

అనంత కాలంనుండి జీవాత్మను సుడిగుండంలో త్రిపుతున్న జనన మరణాల విషవలయాన్ని ఛేదించడం మోక్షం. వా స్తవానికి జీవితం తన పేరును సార్థకం చేసుకోదు. జీవితం ఒక పరిమితుల పరంపర. జీవితంయొక్క ఈ లక్షణం జీవాత్మను క్షోభపరుస్తుంది- సత్యమైన వస్తువు కొరకు, ఇంద్రియ సుఖ దుఃఖాల పరిధికి ఆవల ఉన్న శాశ్వతమైన వస్తువు కొరకు, ఎన్నడూ తీరని ఎన్నడూ తృప్తిపడని కామ వాంఛల కారు మబ్బులతో ఆవరింపబడని వస్తువు కొరకు-జీవాత్మ తహతహలాడుతుంది. జీవాత్మ నిరంతరం పరితపించేదీ, నిరంతరాయంగా ఆరాటపడేదీ నిజమైన జీవనంకొరకు, దానిని ఎలాపొందాలో ఎక్కడ పొందాలో జీవాత్మకు తెలియదు. అయినా, దాని ఉనికిని అనుభూతి పొందుతుంది. అది ఒక నిత్య సత్యమనే అంతర్జనితమైన విశ్వాసంతో, ప్రతి వ్యక్తి దానికొరకు పరితపిస్తాడు. అమృతత్వం జీవాత్మ యొక్క సహజ లక్షణం కనుక.

ఈ జనన మరణాల చక్రాన్ని నిలుపరించడం ఎలాగో చూద్దాం. కారణం లేనిదే కార్యం ఉండదు. జీవితం ఒక కార్యం కనుక దానికి ఒక కారణం ఉండితీరాలి. చిత్తాకాశం తనపై హత్తుకునే ప్రతి.

గ్రహింపుయొక్క, ప్రతిభావన యొక్క, ప్రతి ఆలోచనయొక్క ముద్రల లేక సంస్కారాల భండారంగా పనిచేస్తుందని పైన చెప్పబడింది. ఈ సంస్కారాలు అక్కడ నిలచి ఉంటాయి. కాలక్రమంలో వాటిని పునరుద్ధరించి, కార్యరూపంలోనికి తెచ్చే అవకాశం ఉన్నది. ఈ జీవితంలో కాని, అనంతరం జీవితాలలోని కాని జరిగే భావి కర్మలకు అవి బీజములుగా పనిచేస్తాయి. ఎందుకంటే, మన కార్యకలాపాలు అన్నింటికీ మూలం మన ఆలోచనలు, కోరికలు. అవి ఈ సంస్కారాల స్మృతుల యొక్క ప్రత్యక్ష ఫలితాలు. కొత్త సంస్కారాలు ఏర్పడడం కొనసాగుతున్నంత వరకు, పాత సంస్కారాలు చెరిపివేయబడనంతవరకు-జనన మరణాల చక్ర పరిభ్రమణాన్ని నిలువరించే అవకాశంలేదు. అందువల్ల-ఈ ఫలితాన్ని సమకూర్చే సాధనాలను సంపాదించడం మోక్షప్రాప్తికి మొదటి షరతు.

మొదట-ముందు జన్మలకు కారణమయ్యే సామర్థ్యం లేని కొత్త సంస్కారాలను నిర్మాణం చేయడం ఎలాగో చూద్దాం. బాహ్యవస్తువుల ప్రత్యక్ష పరి గ్రహణం ద్వారా ఆ సంస్కారాలు మనస్సుమీద ముద్ర పడతాయి. అటువంటి గ్రహణమును పునరావృతం కావడం ద్వారా, లేక గుర్తుచేసుకోవడం రూపంలో, ఆ గుర్తుచేసుకున్న దానిమీద మననం చేయడం, ఆలోచించడం రూపంలో స్మరణ శక్తి ద్వారా సంస్కారాలు ఏర్పడతాయి. ఈ గ్రహణముల గాఢత్వం మారుతూ ఉంటుందన్నది అందరికీ అనుభవంలో ఉన్న విషయం. ఆ గాఢత్వం ఎంత హెచ్చుగా ఉంటే, ఆ గ్రహణములు అంత హెచ్చుగా ఫలదాయకములు అయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. ఉదాహరణకు-వీధిలో నడుస్తున్నప్పుడు ఒక వ్యక్తికి పలువురు వ్యక్తులు తారసపడతారు. అతడు అనేక

దృశ్యాలు చూస్తాడు. అయితే, అవి అన్నీ అతని మనస్సుమీద ఒకే విధమైన ముద్ర వేయవు. ఇంటికి తిరిగివచ్చిన తర్వాత తాను చూసిన ముఖాలలో, తాను విన్న ధ్వనులలో చాలభాగం అతనికి గుర్తు ఉండవు. పరిచయస్థులు కనపడితే మాత్రం స్మరణశక్తి ఆ ముద్రలను మిగుల్చుకుంటుంది. ఎందుకంటే, పాత ముద్ర మరొకమారు పడింది. అతడు ప్రత్యేక ఆకర్షణ కలిగిన వస్తువును చూస్తే, ఆ వస్తువు ముద్ర గాఢంగా పడుతుంది. ఆ వస్తువు జుగుప్స కలిగించినా, భీతి కలిగించినా-దాని ముద్ర గాఢంగా పడుతుంది.ముద్రయొక్క గాఢత్వం ఆ ఆకర్షణ,జుగుప్స యొక్క లేదాభీధియొక్క తీవ్రతనుబట్టి మారుతుంది. పైమూడు భావాలకు వెనుకపనిచేసే నాల్గవ తత్వం చైతన్యం.చైతన్యం ఆమూడు భావాలకూ నేపథ్యంగా పనిచేస్తుంది. మనం ఒక వస్తువును ఎంత ఎక్కువగాఎరిగి ఉంటే, ఆ వస్తువు మన మనస్సుపై అంత ఎక్కువగా పనిచేస్తుంది. రెండవది-ఆ వస్తువుపై మన మనస్సుకు ఆకర్షణ ఉండడం. మూడవది-ఆ వస్తువు ఏవగింపును అసహ్యాన్ని కలిగించడం. నాల్గవది-అది భయాన్ని కలిగించడం. ఈ నాలుగు పనులలో ఏది జరిగినా, ఆ కలిగిన భావంయొక్క తీవ్రతను బట్టి మనస్సు ఆ ముద్రను, ఆ సంస్కారాన్ని తనను హత్తుకునే గాఢత్వం మారుతుంది. మనస్సు నిరపేక్షతను అలవరచుకుంటే, అటువంటి భావాలకు తట్టుకొని గట్టిగానిలబడగలిగితే, వాటివల్ల మలినం కాకుండా నిలచి ఉంటే-ఆ గ్రహణములు ఈ శక్తిని చాలవరకు కోల్పోతాయి. వాటినుండి విముక్తిపొందిన మనస్సుకు గ్రహణశక్తి, ధారణశక్తి కనీస స్థాయికి తగ్గిపోతాయి. మనస్సును ప్రభావితంచేసే ప్రేమ, కోపంవంటి ఇతర భావాలు పైన చెప్పినభావాలు మూడింటినుండి జనించేవే. అందువల్ల-ఆహ్లాదకరమైన వస్తువులపట్ల మమకారం నుండి, మనస్సును బాధపెట్టి క్షోభపరచే వస్తువుల పట్ల వైముఖ్యం నుండి మనస్సును విముక్తంగా ఉంచడం తొలిమెట్టు. ఈ

పనిలో సాఫల్యం పొందిన మనస్సు నిశ్చలత్వం, నిర్మలత్వం, పూర్ణత్వం కలబోసుకొన్న స్థిరత్వాన్ని సంపాదిస్తుంది. అటువంటి వ్యక్తి తన విధులను భ్రమరహితంగా, సమర్థవంతంగా నిర్వహించగలుగుతాడు.

ఉదాహరణకు-ఒక వైద్యుడుకాని, ఒక న్యాయమూర్తికాని తన వృత్తి ధర్మానికి మరింత అర్హుడు అవుతాడు. ఒక వాణిజ్యవేత్త తన పనికి మరింతగా సన్నద్ధుడు అవుతాడు. ఉదాహరణకు-రోగి తన మమకారానికి పాత్రుడైన వ్యక్తి అయితే, వైద్యుడుకాని, శస్త్రవైద్యుడు కాని ఆ వ్యక్తికి సమర్థవంతంగా వైద్యం చేయలేడు. అలాగే రోగికీ తనకూ మధ్య మనస్పర్థలు ఉన్నా, ఏదో భయంవల్ల తన మనస్సు స్థిమితం కోల్పోయినా-అతని సామర్థ్యం తగ్గుతుంది. రాగ ద్వేషాలు లేనపుడు వ్యక్తియొక్క విధి నిర్వహణలో అత్యధిక సామర్థ్యం, పక్షపాత రాహిత్యం లభిస్తాయి. మనస్సు నిర్విరామంగా పని చేస్తున్నప్పటికీ, ఆ బహు వ్యాపకాల ముద్ర మనస్సుమీద తక్కువగా పడుతుంది. అతడి దృష్టి అంతా తన విధుల నిర్వహణమీదనే లగ్నమై ఉంటుంది. అందువల్ల అతడి పనులు అతనిమీద ప్రతిక్రియ చూపవు; అతడికి ఆత్మసంతృప్తిని, సార్థకతను, సంతుష్టిని అందిస్తాయి.

ఈ విధంగా కొత్త సంస్కారాల పెరుగుదలను అదుపుచేస్తూనే, వ్యక్తి మరోప్రక్క పాత సంస్కారాల ప్రభావాన్ని నిర్మూలించవలసి ఉంటుంది. మమకారం, వైముఖ్యం, భయం అనే మూడు లక్షణాలనూ పోషించే జీవరసం అహంకారం. వాటి మనుగడకు అది అవసరం. అహంకారం లోపిస్తే, వాటి పట్టు సడలుతుంది. దీర్ఘాలోచనలో మునిగి ఉన్న వ్యక్తి తనను తాను మరచిపోతాడు. ఆ ఏకాగ్ర స్థితిలో మనస్సు ఆలోచించడంలో తీవ్రంగా పనిచేస్తున్నప్పటికీ, నిశ్చలంగా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఆ స్థితిని భంగపరచే విషయాలవల్ల ఎంతమాత్రం

ప్రభావితం కాదు. అతడి పరిసరాలు ఆహ్లాదకరంగా ఉన్నా అతడి మనస్సు ప్రభావితం కాదు. పరిసరాలు ఆహ్లాదకరంగా లేకపోయినా అతడి మనస్సు బాధపడదు. అతడు ఆ సమయంలో ఆకర్షణ, వైముఖ్యం భయముల ప్రభావాలకు లొంగడు. కాలక్రమంలో మనస్సు ఎంతటి స్థిరత్వపు అలవాటును సంపాదిస్తుందంటే-అది ప్రాపంచికమైన ఇష్టాయిష్టాల స్థాయికి దిగజారడం అరుదైపోతుంది. మనస్సు ఎన్నడూ భయభ్రాంతం కాదు. మనస్సును కేంద్రీకరించి సమాధి స్థితిని సాధిస్తే, మరింత శాశ్వతమైన ఫలితం లభిస్తుంది. అందువల్ల ఈ శక్తుల పట్టు బాగా సడలిపోతుంది. ఎందుకంటే, ఆ సమాధి స్థితిలో మనస్సు పరమ సత్యం యొక్క వెలుగును అందుకుంటుంది. ఆ వెలుగు మనస్సుకు శాంతిని, స్థిమితత్వాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. ఆ వెలుగుయొక్క ప్రభావ ముద్ర ఇతర గ్రహణముల సంస్కారాలను క్షీణింపజేస్తుంది. ఆ ప్రభావ ముద్రతో పోల్చితే సంస్కారాలు అవాస్తవికములుగా, క్షణభంగురములుగా, బుద్బుద ప్రాయములుగా కనిపిస్తాయి. వాటిబలం నశిస్తుంది. మనస్సుపై వాటిపట్టు సడలుతుంది. పరమసత్య సాక్షాత్కారం మనస్సుపై శాశ్వతమైన ప్రభావముద్ర వేస్తుంది. మనస్సు నిరంతరంగా లోపలకు ప్రవహిస్తుంది. ఫలితంగా వ్యక్తి సంతుష్టి పొందుతాడు. ఆత్మానందం పొందుతాడు. సుఖభోగాల కోరికల స్థానంలో అతడి మనస్సులో శాశ్వతానందానుభూతి నెలకొంటుంది. ప్రాపంచిక ఆకర్షణలు అతడిని ఇక వ్యామోహపరచవు. దురదృష్టాలు అతడిని ఇక దిగ్భ్రాంతి పరచవు.

వ్యక్తి అలవరచుకునే మంచి అలవాట్లు, చెడు అలవాట్లు అతడు మళ్ళీమళ్ళీ చేసే కర్మల ఫలితాలు. అవి మనస్సుమీద తమ ముద్రలను మిగుల్చుతాయి. ఆ ముద్రలు, ఆ సంస్కారరాలు అత్యంత గాఢంగా నాటుకున్నప్పుడు-మనస్సు, శరీరము ఆ సంస్కారాల ఒరవడిలో అని

యంత్రితంగా పని చేస్తాయి. ఒక్కొక్కసారి చేతులు, ముఖము, భుజములు, శరీరంలోని ఇతర అవయవాలు మనస్సుతో ప్రమేయం లేకుండానే అలవాటు ప్రకారం చిత్రంగా కదులుతూ ఉంటాయి. మొదట్లో ఆ కదలిక మనస్సు ఇచ్చే ఆజ్ఞ ప్రకారమే జరుగుతుంది. అయితే క్రమంగా ఆ అవయవం ఎటువంటి సంకల్పం లేకుండానే కదలడం అలవాటు చేసుకుంటుంది. అటువంటి అలవాట్లు ఆ వ్యక్తిని నైతికంగా కాని, ఆధ్యాత్మికంగా కాని నష్టపరచవు. అందువల్ల అవి అంత హానికరములు కావు. అయితే, మానసికమైన అలవాటు ఏర్పడితే మాత్రం- అందులో ప్రమాదాలు నిండిఉన్నాయి. ఒక్కొక్కసారి మంచి అలవాటుసైతం అతి మంచిదిగా పరిణమిస్తుంది. అలవాట్లు వ్యక్తి యొక్క శీలాన్ని నిర్మిస్తాయి. సహజ ప్రవృత్తిగా వికసిస్తాయి. ఆయా చర్యలు, వాతావరణాలు కాల గర్భంలో కలసిపోతాయి. స్మృతి పథం నుండి దూరమవుతాయి. అయినా, మనస్సుపై వాటి ప్రభావం జీవితాంతం మొండిగా నిలచే ఉంటుంది. అనంతర జన్మలకుకూడ పయనిస్తుంది. కొందరు పిల్లలు స్వభావతః బిడియంగా, మర్యాదగా, అణకువగా, సత్యవంతులుగా, శాంతి ప్రియులుగా, దయామయులుగా ఉంటారు. సచ్ఛీలం కలిగి ఉంటారు. మరికొందరు పిల్లలు చిలిపిగా, క్రూరంగా, అల్లరిగా ఉంటారు. వారి శీలంలో కొంత భాగం వారికి ఇచ్చిన శిక్షణ ఫలితం కావచ్చు. అయితే, వారికి ఆయా లక్షణాలు జన్మతోనే వచ్చినట్లు పరీక్షిస్తే కనిపిస్తుంది. చాల సందర్భాలలో కుటుంబం యొక్క ప్రభావాలు వారిపై పడినట్లు కనిపించదు. ఒకే తల్లిదండ్రులకు జన్మించి, ఒకేరకం ప్రభావాల క్రింద, ఒకే పరిసరాలలో పెంచిన పిల్లలు సైతం పరస్పర విరుద్ధములైన ప్రవృత్తులను, స్వభావాలను, అభిరుచులను చూపుతారు. ఒకవ్యక్తి అలవరచుకొన్న మంచి అలవాట్లు, చెడు అలవాట్లు శీలంలోచేరి ఉంటాయి.

ఒకసారి ఒక అలవాటు ఏర్పడిన తర్వాత, దానిని తప్పించడానికి తీవ్ర సంఘర్షణ అవసరం అవుతుంది. సుదీర్ఘమైన పునరావృత్తి ప్రక్రియద్వారా మనస్సుమీద జరిగిన దుష్పరిణామాలు అన్నింటినీ తొలగించవలసి ఉంటుంది. అందువల్ల- ఏదేని ఒక సంఘటన మనలను ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో, మనపై ఎటువంటి ముద్ర వేస్తుందో మనం అనుక్షణం శ్రద్ధగా కనిపెడుతూ ఉండాలి. మన మనస్సులు బాహ్య ప్రభావాలకు చలించనివి అయితే, అలవాట్లు అంటుకునే భయం మనకు ఉండదు. ప్రత్యేకమైన సంఘటనలు, వేర్వేరు పనులు అంతగా లెక్కలోనికి రావు. అయితే, ఆయా పనుల వెనుక ఉండే ఆవేశం విషయం, ఉద్దేశ్యం విషయం ప్రత్యేకంగా జాగ్రత్త పడవలసి ఉంటుంది. ఎందుకంటే, వ్యక్తి యొక్క స్వభావాన్ని నిర్మాణం చేసేవి అవే. ఆవిధంగా- సుదీర్ఘమైన ఆలోచన ద్వారా, తన జీవనవిధానంలో ఆదర్శానికి అనుగుణంగా నడుచుకోవడం ద్వారా ఒక క్రమ పద్ధతిలో మనస్సును అనుశాసించిన ఫలితంగా- ఒక వ్యక్తి యొక్క సామాజిక, నైతిక, బౌద్ధిక, ఆధ్యాత్మిక సంస్కృతి నిర్మాణం అవుతుంది.

ఆవిధంగా- మమకారం, ద్వేషం అంటని మనస్సు, ఉదాత్తమైన క్రియా కలాపములలో ఎల్లప్పుడూ పూర్తిగా నిమగ్నమై ఉండే మనస్సు, వస్తు ప్రపంచంలోని ఇష్టాఇష్టాలను కాని జీవితంలోని ఎగుడు దిగుడులను కాని పట్టించుకోని మనస్సు- ధైర్య స్థైర్యాలతో నిర్భయంతో నిండిన హృదయంతో కలసి- వ్యక్తి యొక్క జీవన కార్యాన్ని చుక్కాని వలె నడిపిస్తుంది. కల్లోలితమైన జీవన సముద్రపు ఉత్తుంగ తరంగాల

ధాటికి తట్టుకొని మహాశిలవలె స్థిరంగా దృఢంగా నిలబడుతుంది. దృఢిమ, సాహసం కలబోసుకొన్న శీలాన్ని వ్యక్తి నిర్మించుకుంటాడు. తన చుట్టూ ఉన్న సమాజం వల్ల ప్రభావితుడు కాకుండా- సమాజాన్ని తనకు నచ్చిన తీరులో రూపు దిద్దుతాడు. అతడు శ్రమించి పని చేస్తాడు. నిర్వి రామమైన జీవితం గడుపుతాడు. తన జీవితం అంతటిలో అద్భుతాలు సాధిస్తాడు. అయితే, తామరాకు మీద నీటి బొట్టువలె- తాను మాత్రం ఎటువంటి ప్రభావాలకు లోనుకాకుండా మిగిలి ఉంటాడు. అటువంటి వ్యక్తులను జీవన్ముక్తులు అంటారు. వారు జీవితంలో సైతం ప్రాపంచిక బంధాలనుండి విముక్తులై ఉంటారు. మరణం తర్వాత ఆ పరమాత్మలో లీనమవుతారు పునర్జన్మ లేకుండా.

—0—

# ఐదవ అధ్యాయము

## కుండలినీ శక్తి

సశైల వన ధాత్రీణాం యథాధ్యారోహి నాయకః ।
సర్వేషాం యోగతంత్రాణాం తథాధారో హి కుండలీ ॥

కొండలు, వనములు, భూములు అన్నింటికీ ఆధారం కేవలం కుండలిని. (కుండలిని)

వేగాలలోని ఉచ్ఛిష్ట బ్రహ్మ పౌరాణిక గాథలలో ఆదిశేషుడుగా వర్ణింపబడినాడనీ, అది సృష్టికార్యం పూర్తయిన తర్వాత మిగిలిన శేష సర్ప శక్తి అనీ, స్థిర రూపంలో ఉన్న ఆధ్యాత్మ ఆ సర్పముపై పవళించి ఉన్న నారాయణుడని చిత్రించబడిందనీ వెనుకటి పుటలలో చూపబడింది. ఆది శేషుడు విశ్వానికి ఆధారంగా ఉన్నట్లు అందులో వర్ణించి ఉన్నారు. ప్రాణులలో భౌతిక శరీరం నిర్మాణం అయిన తర్వాత మిగిలిన వ్యక్తి పరమైన శేషం కుండలినీ సర్పంగా వర్ణితమయింది. ఆమె ప్రాణి యొక్క శరీరానికి ఆధారం. ఆమె స్థానం మూలాధారం. వెన్నెముకకు మూల స్థానం. శరీర శాస్త్రవేత్తలు దానిని అనుత్రికాస్థి అని పిలుస్తారు. స్థిర రూపంలో ఉన్న ఆధ్యాత్మ స్వయంభూలింగం. కుండలినీ సర్పం ఆ లింగం చుట్టూ మూడున్నర సార్లు చుట్టుకొని ఉంటుంది. లింగం పైభాగంలో తోక నోటిలో పెట్టుకొని నిద్రిస్తూ ఉంటుంది. మేలుకొలిపి నపుడు ఆ కుండలినీ శక్తి చుట్ట విప్పుకుంటుంది. పరిణామ మార్గంలో వెనుకకు ప్రయాణంచేసి, బంధాన్ని సడలిస్తుంది. ఆమె వెన్ను నరాన్ని అధిరోహిస్తుంది. ఆ అధిరోహణ మార్గంలో మహిమలు ప్రదర్శిస్తుంది. సహస్రారంలో ఆమె తన

ప్రభువుతో ఏకమవుతుంది. స్థిర రూపంలో ఉన్న అధ్యాత్మలో లీన మవుతుంది. ఇతర సమయాలలో ప్రభువుతో ఏకంకాని స్థితిలో ఆమె మెడభాగం (Cerical region) లోని విశుద్ధ చక్రంలో స్వచ్ఛంగా వెలుగుతూ ఉంటుంది. మేలు కొలుపబడినపుడు ఆమె ఆధ్యాత్మిక మార్గ దర్శిగా యోగులకు అనుభూతి లోనికి వస్తుంది. సజీవమైన, చైతన్య వంతమైన, దివ్యమైన సహకారిగా సహచరిగా సాధకులను ఆధ్యాత్మిక పథంలో ఆదేశిస్తుంది. నియంత్రిస్తుంది. పాలిస్తుంది. మోక్షానికి దారి చూపుతుంది. నిద్రలో, స్వప్నాలలో, మేలుకొన్న స్థితిలో ఇరవై నాలుగు గంటలూ తన అనుగ్రహానికి పాత్రులైనవారికి అభయహస్తం అందిస్తూ ఉంటుంది. ఒక్కొక్కసారి సమాధి స్థితిలోనికి తీసుకువెళ్ళి, తన ప్రభువుతో తాదాత్మ్యాన్ని కల్పిస్తుంది. నిద్రాణ స్థితిలోవలె అకర్మణ్యంగాకాక- దివ్యమాతగా భౌతిక శరీరంమీద, సూక్ష్మ శరీరం మీద, కారణ శరీరంమీద పని చేస్తుంది. అప్పుడు ఆమె కదలికలు కని పిస్తాయి. ఆమె వాణి వినిపిస్తుంది. ఆమె ఉపస్థితి అనుభూతం అవు తుంది. కేవలం ఊహా వస్తువుగాకాక, కల్పనా రూపంగాకాక- ఆమె ఒక దివ్య శక్తిగా సాక్షాత్కరిస్తుంది.

ఆధునిక విద్యగడించిన వ్యక్తికి ఆధ్యాత్మికతకు సంబంధించిన భావాలన్నీ కొరగానివిగా, అవాస్తవికములుగా, మూఢాచారాలుగా కనిపి స్తాయి. భౌతికశాస్త్రాన్ని అభ్యసించిన వ్యక్తికి అధిభౌతికశాస్త్రం, భగ వానుని గురించి ఆధ్యాత్మిక జగత్తుగురించి వ్యక్తం చేసే ప్రతి ఆలో చన మానసిక ప్రకోపంగా కనిపిస్తాయి. ఆధ్యాత్మిక జీవనానికి సంబం ధించిన ఉన్నతభూమికలలోని పరిణామాలను అర్థంచేసుకోవడానికి కాని క్రమబద్ధం చేయడానికి కాని జరిగే ప్రయత్నం సమయాన్ని వృధాచేయ డంగాని, దివ్యశక్తుల ప్రకటన హాస్యాస్పదంగా అర్థరహితంగా కనిపి స్తుంది. అయితే అదృష్టవశాత్తు ఇటీవల సంవత్సరాలలో పాశ్చాత్య

పద్ధతులలో విద్య గడించిన భారతీయులు కొందరి దృష్టి మలుపు తిరిగింది. మన ప్రాచీన విశ్వాసాలను కూకటి వ్రేళ్ళతో పెల్లగించడానికి ప్రయత్నిస్తూ వచ్చిన ఆర్యసమాజం బోధనలకు క్రైస్తవ మిషనరీల బోధనలకు ప్రతిక్రియగా- ఆ విశ్వాసాలను, వానిలోని రహస్యాలను, అంతరార్థాలను, వాటివెనుక గల తత్వశాస్త్రాన్ని అర్థంచేసుకోవాలనే కుతూహలం ఉదయించింది. అయితే, వారిలో ప్రాచీన సంప్రదాయాల పట్ల శ్రద్ధకలిగిన వారిని చాదస్తులుగా పరిగణించడం కద్దు. ఆ పరిగణనలో ఒక్కొక్కసారి నిజం ఉంటున్నది. కాని, ఎల్లవేళలా నిజం ఉంటున్నదని చెప్పలేము. శ్రద్ధ ఎల్లవేళలా మూఢనమ్మకం కాదు. నిర్మాణాత్మకమైన హేతువాదంతోకూడిన శ్రద్ధ సుష్ఠు అయిన జ్ఞానానికి ప్రాతిపదికను నిర్మిస్తుంది. శ్రద్ధ సంకల్పశక్తిని నడిపిస్తుంది. జ్ఞాన తృష్ణను పోషిస్తుంది. ఆ జ్ఞానతృష్ణ పరిశోధన కృషికి కావాలసిన ప్రోత్సాహాన్ని ఇస్తుంది. నిర్మాణాత్మకమైన హేతువాదం సరైన సమార్గాన్ని చూపుతుంది. లోపాలు జరగకుండా, అవాంతరాలు ఏర్పడకుండా చూస్తుంది. అందువల్ల ఏరంగంలో అయినా పరిశోధకునికి కావలసినది నిర్మాణాత్మకమైన హేతువాదంతో మిళితమైన దృఢమైన శ్రద్ధ. అయితే, కొంతకాలంగా మనవిద్యావంతులలో వినాశనాత్మకమైన హేతువాదాన్ని, శ్రద్ధ అన్నది ఏ కోశానా లేని హేతువాదాన్ని పోషించే మనస్తత్వం కానవస్తున్నది. ఈ మనస్తత్వం మన యువకుల మనస్సులను ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన బీజాలు మొలవడానికి అవకాశం లేని మరుభూములుగా, ఇసుక ఎడారులుగా మార్చివేస్తున్నది. ప్రకృతిలోని బాహ్య లక్షణాల వెనుక దాగిఉన్న అపారమైన జ్ఞాన సంపదను వెలికితీయడానికి పంచేంద్రియములు, అసమగ్రమైన అనుమాన ప్రమాణము చాలునని అటువంటి వ్యక్తులు భావిస్తారు. ఆరవదిఅయిన అంతఃప్రవృత్తి లేదా అంతఃప్రేరణ గతంలో ప్రస్తుతంలో, అన్ని యుగాలలో ప్రతిభావంతులు ఆధారపడి

నట్టిది. ఆ అంతఃప్రవృత్తి వీరికి తెలియదు. పైగా ఆ ఆరవ ఇంద్రియాన్ని కావాలని మూసివేస్తారు. శ్రద్ధద్వారా మాత్రమే, మనస్సును కేంద్రీకరించి సూక్ష్మదశకు తేవడంద్వారా మాత్రమే జ్ఞానమనే ఆ పాతళగంగను వెలికితీసి వినియోగించగలుగుతాము. జ్ఞానమంతా అంతరాంతరాలలో నుండి వస్తుంది. ఇంద్రియాలు అనే ఐదుకిటికీలగుండా వస్తున్నట్లు కనపడుతుంది. ఇంద్రియాలు మనకు బయట వానితో బాహ్యమైన సంపర్కం మాత్రమే కలుగజేస్తాయి. వాటిని ఆధారం చేసుకుని అనుమాన ప్రమాణంద్వారా గ్రహించే జ్ఞానం ఆ ఇంద్రియాలవలెనే అసమగ్రంగా, బాహ్యమైనదిగా ఉండడం సంభవం. అనుమాన ప్రమాణం వ్యక్తిని సత్యం సమీపానికి చేర్చడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. సదవగాహన కలిగిస్తుంది. అయితే అది ఎన్నడూ సర్వసమగ్రం కాదు. అది ప్రశ్నిస్తూ మిగిలిపోయే సందర్భాలు, మౌనం వహించే సందర్భాలు హెచ్చుగా ఉంటాయి. చిత్తశుద్ధి కలిగిన సత్యశోధకులు అందరి అనుభవం ఇలా ఉన్నది. అందువల్ల మరింత నమ్మదగిన, నిర్దిష్టమైన ఆధారాన్ని కనుగొనవలసి ఉంటుంది. అటువంటి వ్యక్తులు ప్రయత్నపూర్వకంగా అంతఃప్రేరణ తలుపు తట్టుతారు. అంతవరకు అజ్ఞాతంగా ఉన్న రహస్యాలను క్షణకాలంలో వారి అవగాహన వాకిలి వద్దకు తీసుకువచ్చే మెరపుతీగ అంతఃప్రేరణ. ప్రాచీన మహర్షులనుండి, ద్రష్టలనుండి వారసత్వంగా వచ్చిన అంతఃప్రేరణ జనితమైన సత్యములు ఆధ్యాత్మిక రంగంలో క్రొంగొత్త పరిశోధనకై పథకాల రూపకల్పనకు ప్రాతిపదికలు ఏర్పరుస్తాయి. యుగయుగాల చరిత్ర గర్భంనుండి మనకు వారసత్వంగా వచ్చిన ఆ సత్యములపై గుడ్డినమ్మకాల బూజు దట్టంగా పేరుకొని ఉంటుంది ఒకొక్కసారి. ఆ సత్యాలను స్వీకరించే ముందు నిర్మాణాత్మకమైన హేతువాదంతో వాటిని స్పష్టీకరించడం అవసరం అవుతుంది. అయితే, బంగారంలో ఇతర ఖనిజాలు కలిసినంతమాత్రాన

దానిని పారవేయడం విజ్ఞత కాదు. నిర్జీవమై జీవాన్ని అణచివేసే ఆధునిక విద్యావిధానంలో పెరిగిన మనయువకులలో హెచ్చుమంది పుస్తకాల పరిశోధనాలయాల కృత్రిమ కుడ్యాలమధ్య ఇరుకుకొని ఉండిపోయారు. ప్రకృతి, అంతఃకరణ ప్రవృత్తి బోధించగలిగే విషయాలు అన్నింటికీ పూర్తిగా దూరమైనారు. వారు పట్టభద్రులయే సమయానికి వారి బౌద్ధిక సామర్థ్యాలు చచ్చుపడిపోతున్నాయి. వారు భౌతిక వాదానికి, నాస్తిక వాదానికి బలిఅయిపోతున్నారు. వారిదృష్టిలో జీవము, చైతన్యము శారీరిక పరిణామాలు మాత్రమే. ఆధ్యాత్మిక, అధిభౌతిక శాస్త్రములు వారి అవగాహనకు అందనివి.

మన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం మనం చూస్తున్నది మాత్రమేకాదు. ఇంద్రియాల పరిధిలోనికి ఎన్నడూ రానివి అసంఖ్యాకంగా ఉన్నాయి. పదార్థ విజ్ఞాన శాస్త్రం ఇటీవల సంవత్సరాలలో ఎన్నో ఆవిష్కరణలను మన కట్టెదుట నిలిపింది. అయినప్పటికీ, విశ్వభాండారం అంతటినీవెలికితీశామని ఎవ్వరూచెప్పుకోలేరు. జ్ఞానసముద్రతీరానగులకరాళ్ళుఏరుకుంటున్న స్థితిలోనే మనంఉన్నామేమో. భౌతికభూమికకు చెందిన జ్ఞానం విషయంలోనే పరిస్థితి ఈవిధంగా ఉన్నప్పుడు, ఇంతవరకు అన్వేషించని ఉన్నత భూమికల విషయంలో పరిస్థితిని మనం ఊహించవచ్చు. ప్రాపంచికము ఆధ్యాత్మికము, భౌతికము అధిభౌతికము అనే రెండు విధములైన శక్తుల క్రీడాస్థలి ఈ విశ్వం, భౌతిక శాస్త్రం మొదటిశక్తి గురించి సమాచారం అందిస్తున్నది. రెండవ శక్తి దాని పరిధికి అందనిది. తన పరిధికి అతీతమైన విస్తృతమైన జ్ఞాన రంగాన్ని పరిగణించకపోవడం, దాని విలువను తగ్గించడం, తన అవగాహనకు ఆవల ఉన్నదానిని కాదనడం, తెగనాడడం, ఉపేక్షించడం, భౌతికమైన ప్రమాణాలతో ఆధ్యాత్మిక విషయాలను కొలవడం తెలివి మాలిన తెంపరితనం కాదా ?

కుండలినీ శక్తికి ఇటువంటి గతిపట్టింది. శరీరశాస్త్రవేత్తలకు తెలియని ఒకనాడిగా కొందరు దానిని గుర్తిస్తున్నారు. 'మిస్టీరియస్ కుండలిని' అనే ఆంగ్ల గ్రంథం వ్రాసిన పండితుడు డాక్టర్ రేలే సైతం కుండలినీ మాతను కుడి ప్రాణనా నాడి (Right vagus nerve) గా గుర్తించారు. వాస్తవానికి- జీవాత్మ భౌతిక శరీరంలో కాని, హృదయం లోకాని, మెదడులోకాని పరమాణువు ఎలాకాదో, అలాగే కుండలిని ఆ నాడి కాని, ఏరో నాడికాని కాదు. కండరాల శక్తి, నాడులపై అదుపు, కుండలినీ శక్తి- మూడు ఒకటేనని భ్రమించడంవల్ల ఆయనకు ఆ అభిప్రాయం కలిగింది. తన కుండలినీ శక్తిమేలుకోని స్థితిలో ఉన్నవ్యక్తి సైతం కండరాలను, నాడిని, గుండెను తాను కోరినప్పుడల్లా అదుపుచేసే సామర్థ్యం సంపాదించవచ్చు. మేలుకున్న కుండలినీ శక్తి కలిగినవ్యక్తి ఆ పనులు చేయలేకపోవచ్చు. నాడీమండలం శారీరిక, మానసిక, బౌద్ధిక శక్తులను నడిపిస్తుందనే మాట, అదుపు చేస్తుందనే మాట నిజమే. అది ఆధ్యాత్మిక శక్తులను సైతం కొంతవరకు అదుపుచేయవచ్చు కూడా. అయితే, ఆ రెండింటిమధ్య ఉన్న సంబంధం రేడియోసెట్‌కు, విద్యుచ్ఛక్తికి ఉన్న సంబంధం వంటిది. విద్యుచ్ఛక్తి లోపలనుంచి, బయట నుంచి కూడ పనిచేస్తుంది. లోపల తీగలద్వారా, బయట తీగలులేకుండా కుండలినీ శక్తి కూడ శరీరంలోపల నాడీమండలం ద్వారాను, శరీరం బయటనుంచి దాని సహాయం లేకుండాను పనిచేస్తుంది.

"మిస్టీరియస్ కుండలిని" గ్రంథానికి వ్రాసిన పీఠికలో సర్ జాన్ వుడ్‌రాఫ్ కుండలిని ఒక నాడి కాదంటూ ఇలా విస్పష్టంగా, నిర్దుష్టంగా వ్రాశారు. "ఆమె (కుండలినీ శక్తి) దివ్యమైన స్థితిజ శక్తి. ఆమె వివిధ వస్తువుల రూపం ధరిస్తూఉంటుంది. ఆ వస్తువులు, ఆమె ఒకటే అని అనుకోవడం పొరపాటు. కుండలిని ఆదిశక్తి యొక్క స్థూలరూపం." ఆయన ఇక్కడ నిర్దిస్తున్న కుండలిని విషయం చెప్పారు. ఆయనఇంకా

ఇలా వ్రాశారు. "అప్పుడు ఆమె ఒక నాడికాని, పరోకభౌతిక పదార్థం కాని, మానసిక సామర్థ్యం కాని కాదు. ఆమె ఆయా పదార్థాలు, శక్తులు అన్నింటికీ ఆధారభూతమైన వస్తువు. మేలుకొన్నప్పుడు అది ఊర్ధ్వ తత్వములలో లీనమవుతుంది. చివరకు శివ - శక్తి తత్వములలో లీనమవుతుంది. అప్పుడు ఆమె పరమశివునిలో లీనమవుతుంది. కుండలిని గతిశీలమైన సత్ పదార్థం. ఫృథ్విని సృష్టి చేసినతర్వాత మిగిలిన శేషశక్తి. అప్పుడు ఆమె స్వయం భూలింగం చుట్టూ అనగా స్థిరరూపంలో ఉన్న సత్ పదార్థం చుట్టూ చుట్టుకొని, విశ్రమిస్తుంది". మేము పై అభిప్రాయాన్ని పూర్తిగా బలపరుస్తున్నాము. అంతర్నిహితతత్వ ప్రక్రియ ద్వారా ఒక మానవ శరీరాన్ని కాని, ఒక జంతువు శరీరాన్నికాని, ఒక వృక్షాన్నికాని సృష్టించిన తర్వాత మిగిలిన గతిశీలమైన జీవతత్వం, అనగా ప్రాణశక్తి కుండలినీ శక్తి అని చెప్ప బడుతుంది. అయితే, ఆధ్యాత్మిక పరిణామం కొరకు ఆమె మేల్కొల్ప బడే అవకాశం మానవులలో మాత్రమే ఉన్నది.

కూపక ప్రాంతం (Pelve region)లో అండాకారంలో ఉండే కాండంయొక్క కేంద్రంలో కుండలినీ శక్తియొక్క స్థానం ఉన్నదని హఠయోగ ప్రదీపికలో, హఠయోగంపై రచింపబడిన ఇతర శాస్త్ర గ్రంథాలలో వర్ణితమైంది. అది యోని స్థానంలో ఉన్న కందరం అని కొందరు భావిస్తారు. బ్రహ్మదండి (vetibral column)లో అను త్రికాస్థికి, పొత్తికడుపుకు సంబంధించిన త్రికోణాకారపు భాగములను కప్పే కండరములుగా ఇతరులు దానిని పరిగణిస్తారు. కుండలినియొక్క పీఠం పొత్తికడుపు మొదట్లో, అనుత్రికాస్థికి పైభాగంలో ఉన్నదని

వారు భావిస్తారు. ఆమె పీఠము గుదము వెనుక ఉండే గస్టుపు(నరముల ముడి) (ganglion impar) అని మరికొందరు పరిగణిస్తారు. ఆమె అక్కడ చుట్టు చుట్టుకొన్న పాములాగె నిద్రిస్తున్నదని వర్ణించడంవల్ల కుండలిని ఒక ప్రత్యేకమైన నాడి అనే భ్రమ కలిగే అవకాశం ఉన్నది. కుండలినీ శక్తిని మేలుకొలుపడానికై శారీరిక వ్యాయామ ప్రక్రియలు జరపాలని హఠయోగ శాస్త్రగ్రంథాలు అన్నీ సూచించడంతో ఈ భ్రమ బలపడుతున్నది. ఆ వ్యాయామములు క్రమబద్ధంగా అభ్యాసం చేయడం ద్వారా నాడీమండలం ఉత్తేజం పొందుతుందని, అప్పుడు కండరాల పొంగును పోలిన ఒక విధమైన శారీరిక ప్రతిక్రియకు సంబంధించిన శక్తి ఉదయిస్తుందని కూడ భావింపబడింది. అయితే, మేలుకొన్న కుండలిని నాడుల ఉద్రేకాల తాత్కాలిక ఫలితంకాదు. ఆమె ఒక శాశ్వత శక్తి, నాడీ మండలానికి అతీతంగా పనిచేసే శక్తి, దైవీశక్తి, ఆమె పని నాడులద్వారా, గుండెద్వారా, మెదడుద్వారా వ్యక్తం అయినప్పటికీ ఆమె మన జీవనానికి, మేధస్సుకు, చైతన్యానికి మూలాధారం, డైన మోను త్రిప్పితే విద్యుచ్ఛక్తి ఉత్పత్తి అవుతుంది. అయినా విద్యుచ్ఛక్తి ఒక అయస్కాంతం చుట్టూ చుట్టిన లోహపు తీగకాదు. ఆ విధంగానే, కొన్ని నాడులకు సంబంధించిన శారీరిక వ్యాయామాలు నిద్రాణమైన ఆమె శక్తి మేల్కొనడానికి దోహదం చేస్తాయి.

దివ్యప్రేమ ద్వారా, భక్తిద్వారా, భగవానునికి సంపూర్ణమైన ఆత్మసమర్పణ ద్వారా; దివ్యమైన భగవన్నామాల జపం ద్వారా; ఆయనపై ధ్యానంద్వారా; ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానంద్వారా కూడ కుండలినీ శక్తిని మేలుకొల్పవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక గురువుల అనుగ్రహం కూడ

కుండలినిని మేలుకొల్పుతుంది. వారు కేవల స్పర్శద్వారా కాని, కృపా దృష్టి ద్వారా కాని క్షణకాలంలో తమ అనుగ్రహం పొందినవారిలో కుండలినిని మేలుకొల్పుతారు. దానిని శక్తిపాతం అంటారు. శక్తిపాతం అనగా శక్తి ప్రసారం. కుండలినీ శక్తికి స్థానమైన మూలాధారం* వద్ద మనస్సును లగ్నంచేయడం ద్వారా, ఆ బిందువుపై మనస్సును దృఢంగా కేంద్రీకరించడం ద్వారా కూడ కుండలినీ శక్తిని మేలుకొల్ప వచ్చు.

---

* ఒక వ్యక్తియొక్క శరీరాన్ని ఆ వ్యక్తి వ్రేళ్ళతో కొలిచే పక్షంలో, కాలి మడమనుండి శిరస్సు పైభాగం వరకు 96 వ్రేళ్ళ పొడవు ఉంటుంది. కుండనిలి స్థానం సరిగా మధ్యలో, రెండు కొనల నుండి 48 వ్రేళ్ళ దూరంలో ఉంటుంది.

# ఆరవ అధ్యాయము

## బ్రహ్మ చర్యం

## పంచాగ్ని విద్య

ప్రజననచక్రం :

గతిశీల రూపంలో లేక సృజనాత్మక రూపంలో ఉన్న పరమాత్మ యొక్క అంతర్నిహితత్వ, పరిణామముల చక్రం సృష్టి అని ఇంతకుముందు చెప్పబడింది. అటువంటి అంతర్నిహితత్వ, పరిణామముల చక్రాలలోపల వివిధ భూమికలలో చక్రాలు ఉన్నాయి. మొదటిది బ్రహ్మాండ చక్రం. ఇందులో శివతత్వం బ్రహ్మాండంగా అభివ్యక్తం అవుతుంది. శివతత్వం నుండి చివరి భౌతిక భూమిక వరకు, భౌతిక భూమికనుండి శివతత్వం వరకు చక్రం ఇది. రెండవది మనస్తత్వ జనన చక్రం. ప్రాణము వృక్ష ప్రపంచంలో అంతర్నిహితం కావడం, వృక్ష ప్రపంచంనుండి పరిణామం ద్వారా జంతుప్రపంచానికి,ఆతర్వాత మానవ జీవితంలోనికి రావడం. జీవాత్మల పునర్జన్మల చక్రం మూడవది వివిధ భూమికలలోని శరీరాలు అందుకు వాహికలుగా పనిచేస్తాయి. నాల్గవది ప్రజనన చక్రం. శరీరం బీజరూపంలోనికి అంతర్నిహితంకావడం. ఆ తర్వాత బీజంనుండి శరీరం పరిణామం చెందడం. ప్రతి బీజంలో సర్వాంగాలతో జీవశరీరంగా పరిణామం పొందే సామర్థ్యం ఇమిడి ఉన్నది. ప్రతి వృక్షము తన జాతికి చెందిన అసంఖ్యాకమైన బీజములలో తనను తాను పూర్తిగా అంతర్నిహితం చేసుకుంటుంది. అదేవిధంగా జంతువులలో మానవులలో మగ శరీరాలు ఆడ శరీరాలు ఉన్నాయి. అవి

మగ బీజములను, ఆడ బీజములను తయారు చేస్తాయి. ఈ రెండూ కలిసి తమతమ జాతులకు చెందిన కొత్త శరీరాలకు జన్మనిస్తాయి. అయితే, ప్రతి పిండం బ్రహ్మాండం యొక్క సూక్ష్మరూపం. అందు వల్ల అగ్రస్థాయి పిండం, సంపూర్ణమైన పిండం అయిన మానవ శరీరంలో బ్రహ్మాండమైన అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియకు వ్యక్తిపరంగా పరిణామపు మలుపు ఇచ్చే అవకాశం ఉన్నది. బ్రహ్మచర్యం ద్వారా దానిని సాధించవచ్చునని హైందవ మహర్షులు బోధించారు. బ్రహ్మచర్యం భగవత్ సాక్షాత్కారానికి అనుకూలత కల్పిస్తుంది. అది పురుషునికి కాని స్త్రీకి కాని బ్రహ్మ పదార్థానికి దారి చూపుతుంది. సృష్టి చక్రంలో మొదటి సగభాగం అంతర్నిహితత్వ దశ. రెండవ సగభాగం పరిణామదశ. అంతర్నిహితత్వ దశలో చివరి అంతర్దశ శుక్రం గర్భం లోని పిండం భౌతిక శరీరంగా రూపొందడానికి ఆరునెలలు పట్టుతుంది. ఏడవ నెలలో ఆ భౌతిక శరీరంలో నివసించడానికి జీవాత్మ ప్రవేశిస్తుంది. అనగా-శుక్ర కణాల నుండి శరీరం పరిణామం చెందుతుంది. ఆ పరిణామం ప్రక్రియ పూర్తికావడానికి ఆరునెలలు పట్టుతుంది.అపుడు ఆ శరీరం జీవాత్మ ప్రవేశించడానికి అర్హం అవుతుంది. ఆ విధంగా భౌతిక స్థాయిలో పరిణామం ఆరునెలలు పాటు జీవాత్మతో ప్రమేయం లేకుండా ఉంటుంది. తల్లి తన శరీరంలోని ఇతర అవయవాలకువలెనే దానికి ప్రాణం ఇచ్చి పోషిస్తుంది. ఏడవనెలలో ఆపిండం వేరే జీవాత్మ అవుతుంది. అపుడు మనస్తత్వ భాగంయొక్క పరిణామం ప్రారంభమై, జననం తర్వాత కూడ కొనసాగుతుంది. జీవిత కాలమంతా. అందువల్ల ఆధ్యాత్మిక వికాసాన్ని రెండు భూమికలపైన ప్రారంభింపజేయవచ్చు. హఠయోగులు క్రింది శారీరక స్థాయినుండి మొదలుపెడతారు. రాజ యోగులు శారీరిక స్థాయిని ఉపేక్షించి, మనస్తత్వ స్థాయినుండి మొదలు పెడతారు. అయితే, శారీరిక స్థాయిలోని పరిణామం విలువ అంతకన్న

తక్కువది కాదు. హఠయోగం ఉన్నత స్థాయిలలో వికాసాలకు ప్రాతి పదికను నిర్మాణం చేస్తుంది. సమగ్ర వికాసానికి గట్టిపునాది వేస్తుంది. అందువల్ల-రాజయోగులు హఠయోగాన్ని ఉపేక్షించినప్పటికీ, బ్రహ్మ చర్యాన్ని పాటించవలసి ఉంటుంది. మరణ సమయంలో సూక్ష్మశరీరం బీజరూపంలోనికి అంతర్నిహితం అవుతుంది. మరొక తల్లి గర్భంలో నిర్మితమై సిద్ధమై ఉన్న కొత్త శరీరంలోనికి జీవాత్మతోపాటు ప్రయా ణం చేస్తుంది. తల్లిదండ్రుల శరీరాలు అందించే ప్రజనన (impre-gnating) ద్రవాల పరిణామం ద్వారా ఈ భౌతిక శరీరం నిర్మాణం అవు తుంది. ఆ శరీరాలు ఆ ద్రవాలలో తమ తమ జాతులకు చెందిన కొత్త రూపాలకు బీజాన్ని అంతర్నిహితం చేశాయి. ఆధ్యాత్మిక పరిణామ క్రమం శారీరిక చక్రము, మనస్తత్వ చక్రము రెంటినీ ఛేదిస్తుంది. పునర్జన్మను నిలిపివేస్తుంది. జీవాత్మ తన లక్షణాన్ని కోల్పోయి,బ్రహ్మ పదార్థంతో ఏకమవుతుంది.

పంచాగ్ని విద్య అనే పంచవిధ యజ్ఞం ద్వారా వృక్ష ప్రపంచా నికీ, జంతు ప్రపంచానికీ ప్రాణశక్తి అంతర్నిహితమయ్యే క్రమాన్ని ఛాందోగ్యఉపనిషత్ వర్ణించింది. దేవతలు శ్రద్ధను మొదటి యజ్ఞాగ్నిగా దివ్యలోకాలకు అర్పిస్తారు. సోమరసం ఉత్పత్తి అవుతుంది. సోమ రసాన్ని రెండవ యజ్ఞాగ్నిగా పర్జన్యునికి అర్పిస్తారు. పర్జన్యుడు వాతా వరణంలోని విద్యుత్ మండలం ఫలితంగా వర్షాలు కురుస్తాయి. వారు వర్షాలను భూమికి మూడవ యజ్ఞాగ్నిగా అర్పిస్తారు. జంతువులకు శాకా హారం ఉత్పత్తి అవుతుంవి. తర్వాత వారు శాకాహారాన్ని జంతు శరీరా నికి నాల్గవ యజ్ఞాగ్నిగా అర్పిస్తారు. శుక్రం ఉత్పత్తి అవుతుంది. చివ రగా, వారు శుక్రమును స్త్రీయొక్క రజస్సులోనికి అర్పిస్తారు. ఇది ఐదవ యజ్ఞాగ్ని. ఫలితంగా సంతానం జన్మిస్తుంది. దివ్యలోకాలు, పర్జ న్యుడు (మేఘములలోని విద్యుత్ మండలం), భూమి, పురుష శరీరం,

స్త్రీ గర్భం-ఇవి పంచ యజ్ఞాగ్నులు. శ్రద్ధ, సోమరసం, వర్షాలు, ఆహారం, శుక్రం, శిశువు - ఇవి అంతర్నిహితత్వ దశలు. అధ్యాత్మ భావం నుండి బహిర్గతమయ్యే ప్రాణము అంతర్నిహితమయ్యే దశలు. హృదయగత అనుకూలత, మానసిక ఆనందముల కలయిక శ్రద్ధ. అది పెద్దలపట్ల ఆదరణ అవుతుంది. పిన్నలపట్ల అనుగ్రహం అవుతుంది. ప్రాణము యొక్క మొదటి ఉత్పత్తి శ్రద్ధ. "ప్రాణాత్ శ్రద్ధామ్" — ప్రశ్నోపనిషత్ (6,4). అనగా—ప్రాణము నుండి శ్రద్ధ ఉదయిస్తుంది. చంద్రుడు తన కాంతిద్వారా కురిపించే జీవదాయిని అయిన రసం సోమ రసం. అది కూరగాయలలోనికి దిగి విటమిన్లుగా ఏర్పడుతుంది. అది సహస్రారంలో కూడ ఉన్నది.

ఒక పురుషుడు తన శరీరంలోని అంతర్నిహితత్వ చక్రాన్ని తలక్రిందులు చేయదలచినప్పుడు, అతడు ఆపనిని తన లైంగికశక్తిని అదుపుచేయడంతో ప్రారంభిస్తాడు. హఠయోగి వజ్రోలి ముద్రను అభ్యాసం చేయడంద్వారా సంభోగ సమయంలో జననేంద్రియం ద్వారా తన శుక్రాన్ని వెనుకకు మరలించే కళను నేర్చుకుంటాడు. దానిని తన శరీరంలో జీర్ణం చేసుకోవడం ద్వారా దానికి పరిణామాత్మకమైన మలుపు ఇస్తాడు. లైంగిక ప్రవృత్తిని అదుపుచేయడం ద్వారా, లైంగిక సంపర్కాన్ని పరిహరించడం ద్వారా మామూలు వ్యక్తి దానిని సాధించడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. శుక్రమును స్థూలబిందువు అంటారు. ఆంతరికమైన పంచాగ్నులు సూక్ష్మబిందువు. సోమరసం మరింత సూక్ష్మమైన బిందువు. ఈ బిందువులు మూడూ యోగికి తన జీవాత్మకు మూడు రూపములు.

స్థూలం సూక్ష్మం పరంచేతి త్రివిధం బ్రహ్మణో వపుః
స్థూలం శుక్రాత్మకం బిందుః సూక్ష్మం పంచాగ్ని రూపకమ్।
సోమాత్మకః పరః ప్రోక్తః సదా సాక్షీ సదాచ్యుతః॥
— యోగశిఖోపనిషత్ (5-28,29)

పురుష వీర్యాన్ని సంస్కృతంలో శుక్రం అనీ, బిందువు అనీ అంటారు. స్త్రీల అండకోశములనుండి విసర్జించబడే ద్రవమును రజస్సు అంటారు. దానినికూడా బిందువుగా పరిగణిస్తారు. స్త్రీలయొక్క అండ కోశములు పురుషుల జనన గ్రంధులకు చెందిన వృషణముల వంటివి. రజస్సు పురుష వీర్యములోని శుక్రజీవాణువులతో కలసినప్పుడు పిండము యొక్క అండము ఏర్పడుతుంది. రజస్సు పురుషులలోకూడ ఉంటుంది. కాని అభివృద్ధిచెందని స్థితిలో ఉంటుంది. అది యోనిస్థానం వద్ద ఉంటుంది. ఆవిధంగానే స్త్రీలలో శుక్రం అభివృద్ధి చెందని స్థితిలో ఉంటుంది. యోగి పరస్పర విరుద్ధమైన ఆవేశములు కలిగిన ఆ రసము లను తన శరీర వ్యవస్థలో కలుపుతాడు. పరిణామ క్రియ ప్రారంభి స్తాడు.

స ఏవ ద్వి విధో బిందుః పాండరో లోహిత స్తథా॥ 86
పాండరం శుక్లమిత్యాహుర్ లోహితాఖ్యం మహారజః।
విద్రుమద్రుమసంకాశం యోనిస్థానే స్థిరం రజః॥ 87
శశిస్థానే వసేద్బిందుః తయోరైక్యం సుదుర్లభమ్।
బిందుః శివో రజః శక్తిః బిందూరిందూ రజోరవిః॥ 88
ఉభయోః సంగమాదేవ ప్రాప్యతే పరమం పదమ్॥ 89

— ధ్యానబిందూపనిషత్

అనువాదం : బిందువు రెండు విధములు- తెలుపు, ఎరుపు. తెల్ల నిది శుక్రము, ఎర్రనిది మహారజస్సు. విద్రుమ వృక్షమువలె ఎర్రగా ఉన్న రజస్సు యోని స్థానములో ఉండును. శశి స్థానములో బిందువు ఉండును. బిందువు శివుడు. రజస్సు శక్తి. బిందువు చంద్రుడు. రజస్సు సూర్యుడు. ఈ రెండింటి సంయోగము అతికష్టము. వాని సంయోగం ద్వారా మాత్రమే పరమపదము లభించును. అనగా సోమ రసము లభించును.

శుక్రము, రజస్సు ఒక స్త్రీ యొక్క గర్భంలో సంయోగం అయితే, సంతానం జనిస్తుంది. ఆసంయోగం వ్యక్తియొక్క స్వశరీరం లోనే జరిగితే, అంతర్నిహితమైన ప్రాణ శక్తి పరిణామం పొందడం ప్రారంభిస్తుంది. ఆంతరికమైన పంచాగ్నుల ద్వారా సోమరసంగా పరిణామం పొందుతుంది. చిన్నమెదడులోని అత్యున్నతమైన బిందువు సోమరసం. మనస్సును, ప్రాణమును పరమాత్మలో లీనం చేయడం ద్వారా సోమరసం సమాధిస్థితిని చేకూర్చుతుంది. సోమరసం జీవదాయిని అయిన రసం. అది దివ్యలోకాల నుండి చంద్రకాంతితో పాటు దిగి వస్తుంది. పర్జన్యుని రూపం ధరిస్తుంది. వర్షంతోపాటు కురుస్తుంది. వృక్ష సంపదను పండిస్తుంది*. శాకాహారంతో శరీరంలో ప్రవేశించి, చివరకు శుక్రముగా మారుతుంది. శుక్రము వెలికి రావడానికి బదులు లోపలకువెళ్ళి శరీరంలో పైకి వెళితే, సోమరసంగా మారుతుంది. ఆ విధంగా బ్రహ్మచర్యవ్రతం ప్రజనన చక్రం అనే నాల్గవ చక్రాన్ని నడలింపజేస్తుంది. ఆ వ్యక్తియొక్క జనన మరణాల చక్రాన్ని నిలిపి వేస్తుంది. ఎందుకంటే, జనన మరణాల చక్రం ప్రజనన చక్రంపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

డాక్టర్ రేలె తన 'మిస్టీరియస్ కుండలిని' గ్రంథంలో సోమరసం మస్తిష్క సౌషుమ్నీయ ద్రవం (Cerebro–spiral fluid) అని వ్రాశారు. అది ఎంతవరకు సరయినదో చెప్పడం కష్టం. అయితే, ఆ

---

* భగవానుడు సోమరసంగా వృక్షసంతతిని పోషిస్తున్నాడని, వైశ్వానరుడుగా జంతువులు తీసుకునే ఆహారాన్ని జీర్ణింపజేస్తాడని భగవద్గీత 15వ అధ్యాయంలోని 13, 14 శ్లోకాలు చెపుతున్నాయి.

అభిప్రాయాన్ని ఆమోదించేపక్షంలో రసధాతు (Lymphatic) పౌరుష (prostate) వృషణములు (testes) వంటి వివిధ గ్రంధుల నుంచి వెలువడే రసములుకూడా సోమరసం రూపములని భావించవచ్చు. వాస్తవానికి నాడీమండలం ద్వారా మాత్రమే పనిచేయదు. శరీరంలోని ఇతర మండలాలను కూడ తీవ్రంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. గ్రంధులను ప్రత్యేకంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. యోగులు బ్రహ్మచర్యం ద్వారా తమ శరీరాన్ని పరిపూర్ణమైన ఆరోగ్య స్థితిలో ఉంచుతారు. వారిలో కొందరు తమ శరీరాలకు కాయకల్ప చికిత్సచేసి, యౌవనాన్ని తిరిగి పొందుతారు బ్రహ్మచర్యం ద్వారా. మామూలు వ్యక్తులలో కూడ బ్రహ్మచర్యం ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. దీర్ఘాయువును ప్రసాదిస్తుంది. శైథిల్యాన్ని నివారిస్తుంది. వజ్రోలి ముద్రను సాధనచేయలేని మామూలు వ్యక్తులు శారీరక వాంఛలను, కామ ప్రవృత్తిని, మనస్సును ఉద్వేగపరచే ఇతర ఈషణలను అదుపు చేయడం ద్వారా, లైంగిక విషయాలలో తలమునకలు కాకుండా జాగ్రత్తపడడం ద్వారా భయాలను పరిహరించడం ద్వారా తమ బ్రహ్మచర్యాన్ని నిలుపుకుంటారు. భయం, క్రోధం, ఆందోళనలు, దుఃఖాలు, కామవాంఛ — అన్నీ ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి అవరోధాలు. వాటిని పరిహరించడానికి ప్రత్యేకమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవలసి ఉంటుంది.

శుక్రము ధనాత్మకమైన ప్రజనన రసము. రజస్సు ఋణాత్మకమైన ప్రజనన రసము. ఇవి రెండూ ప్రతి పురుషునిలో, ప్రతి స్త్రీలో ఉంటాయి. లైంగిక సంయోగంలో వ్యక్తిపొందే సుఖాన్ని ఒంటరిగా కూడ పొందవచ్చు. ప్రతివ్యక్తిలోపలా ఈ రెండు విరుద్ధ ఆవేశాలూ ఒకవిధంగా విడుదల అవుతాయి. అందువల్ల, తన లైంగిక ప్రవృత్తులను అదుపు చేసుకునే వ్యక్తి తన లైంగిక శక్తియొక్క ఆవేశాన్ని ఒక విధంగా పెంచుకుంటాడు. అది శరీరంలోపల ఉన్న విరుద్ధ ఆవేశాన్ని సహ

జంగా ఆకర్షిస్తుంది. ఆ రెండింటి సంయోగం యోగులు వజ్రోలి ద్వారా సాధించే ఫలితాన్ని సాధిస్తుంది. అయితే- లైంగిక ప్రవృత్తిని అదుపు చేయకుండా కేవలం లైంగిక సంయోగాన్ని పరిహరించడం నిరర్ధకం. జ్వరములు, మూర్ఛ, ఇతర రోగముల రూపంలో అది ఆరోగ్య వినాశనానికి దారితీయవచ్చు. ఎందుకంటే, మనస్సు ఉద్రేకం పొందగానే వృషణ, అండకోశ గ్రంధులు పనిచేయడం ప్రారంభిస్తాయి. ప్రజనన రసాలు విడుదల అవుతాయి. అవి వెలికివచ్చే మార్గాన్ని వెతుకుకోవలసి ఉంటుంది. ఈ గ్రంధులు తమ రసములను వినియోగించని పక్షంలో, శరీర వ్యవస్థ వాటిని జీర్ణంచేసుకుని, ఆరోగ్యనిర్మాణానికికాని, అంతకు మించినప్రయోజనానికి కాని వినియోగించుకొంటుంది. అటువంటి వ్యక్తులను ఊర్ధ్వరేతస్సులు అంటారు. అనగా వారి రేతస్సు- ప్రజనన శక్తి- వెలికి ప్రవహించడానికి బదులు పైకి ప్రవహిస్తుంది. లైంగిక ప్రవృత్తిని అదుపు చేయడం ద్వారా వ్యక్తి యొక్క సృజనాత్మక శక్తి ఉన్నత భూమికలకు ఎదుగుతుంది. లైంగిక శక్తిని విజ్ఞానశాస్త్రం,కళ, కావ్యం వంటి రంగాలలోని ఉన్నత స్థాయి సృజనాత్మక శక్తిగా పరివర్తన చేయవచ్చని అమెరికన్ రచయిత నెపోలియన్ తన "థింక్ అండ్ గ్రో రిచ్" అనే గ్రంధంలో వ్రాశారు. "దానిని ఏదో ఒక సృజనాత్మక కృషిగా పరివర్తన చేయనిపక్షంలో, అది అధమ మార్గములను కనుగొంటుంది" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. లైంగిక శక్తిని పరివర్తన చేయడం ద్వారా, అనగా మనస్సును శారీరకమైన ఆలోచనలనుండి ఇతర విధమైన ఆలోచనలకు మళ్ళించడం ద్వారా, మహా ప్రతిభావంతులు ఉదయిస్తారని ఆయన సూచిస్తారు. లైంగిక వాంఛలకు, ఆధ్యాత్మిక ప్రవృత్తులకు అతిసన్నిహితమైన సంబంధం ఉన్నదనే వాస్తవం మన తత్వ శాస్త్రవేత్తలకు తెలిసినదేఅని ఆయన వెల్లడిచేశారు. అందువల్ల తమ సృజనాత్మక శక్తిని అదుపుచేసి, దానిని ఉత్తమ ప్రయోజనంపై పు

మళ్ళించవలసిందిగా ఆయన తన పాఠకులను కోరారు. ఆ సృజనాత్మక శక్తి ప్రతివ్యక్తికీ జన్మతో వస్తుంది. లైంగిక శక్తిగా అది ఇతర ప్రవృత్తులు అన్నింటినీ అధిగమిస్తుంది. మామూలు వ్యక్తులలో లైంగిక సుఖోపభోగాల రూపంలో వెలికివచ్చే ఈ శక్తిని అణచివేయకూడదు. నాశనం చేయకూడదు. అది వ్యక్తిని నిర్వీర్యం చేస్తుంది. దీనిని మరింత ఉన్నతము, ఉదాత్తము అయిన ఆధ్యాత్మిక మార్గముల లోనికి మళ్ళించవలసి ఉంటుంది. లైంగిక శక్తిని పరివర్తన పొందించే పక్షంలో, వ్యక్తి తన 'ఆరవ ఇంద్రియాన్ని' వికసింపజేసుకోగలుగుతాడని ఆయన వివరించారు. ఆయన దానిని సృజనాత్మక చైతన్యం అని వర్ణించారు. దానిని అంతర్వాణి ప్రబోధం అని, 'ఇల్హామ్' అని, దివ్య ఆదేశం అనికూడ పిలుస్తారు. యోగి అక్కడ ఆగడు. పరిపూర్ణమైన జీవాత్మయొక్క సమగ్ర పరిణామ శిఖరాగ్రాన్ని చేరేవరకు పయనిస్తాడు. ప్రాపంచికమైన ఫలితాలకు అతడు అంతటి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడు.

సూక్ష్మరసం *

శరీరాలు అన్నీ ఒక అతిసూక్ష్మమైన పదార్థంతో నిర్మాణం అవుతాయి. అది ఒక విధమైన ద్రవం. అందువల్ల దానిని ఆపస (నీరు) అని పిలిచారు. అది నీటి ఆవిరికాదు. అన్ని శరీరాలలో వ్యాపించి ఉన్న ఇంద్రియాతీతమైన పదార్థం. అది పాలపుంత లక్షణాలు కలిగి ఉండడంవల్ల ఏమో- థియాసఫిస్టులు దానిని "ఏస్ట్రల్ ఫ్లూయిడ్" అని పిలిచారు. వాయు సంబంధమైన ఆ పదార్థానికి నీటితో ఏదో సంబంధం

---

* థియాసఫీలోని ఈ పదమును మేము మా భావానికి అన్వయించుకున్నాము.

ఉన్నదేమో. నీహారికా (nebular theory) సిద్ధాంతం ప్రకారం నక్షత్రాలు, గ్రహాలు అన్నీ ప్రారంభదశలో నీహారికల రూపంలో ఉంటాయి. "ఏస్ట్రల్ ఫ్లూయిడ్" (సూక్ష్మరసం)తో సమానమైన పదార్థంతో అవి ఏర్పడవచ్చు. దయ్యములు, ప్రేతముల శరీరాలు కూడ అదే పదార్థంతో ఏర్పడతాయని చెపుతారు. మరణం తర్వాత జీవాత్మ పాత శరీరాన్ని వదలివేసి, భూత సూక్ష్మముతో తయారైన పదార్థాన్ని ధరించి క్రొత్త శరీరంలోనికి ప్రవేశిస్తుందని శంకరాచార్యులు బ్రహ్మసూత్ర భాష్యం మూడవ అధ్యాయం తదనంతర ప్రతిపత్తి అనే అధికరణం ఒకటవ పాదంలో "తదనంతర ప్రతిపత్తే రంహతి సంపరిష్వక్తః ప్రశ్న నిరూపణాభ్యామ్" అనే సూక్తితో ప్రారంభమైన 1–7 సూక్తులలో చెప్పారు. నక్షత్రాలు, గ్రహాలు ఆ భూత సూక్ష్మంతో నిర్మాణం అయినాయని, ఆ పదార్థం ఒక విధమైన నీరు అని చెప్పారు- "అద్భిః పరివేష్టితో జీవోరంహతి ప్రజతేతి గమ్యతే." మనస్తత్వ శక్తులు కలిగిన నగ్న జీవాత్మలు ఒక మాధ్యమం వాహికగా పని చేయకుండా కదలజాలవు. సూక్ష్మరూపంలో ఉన్న నీరు వాటికి ఆచ్ఛాదనగా పని చేస్తుంది. ఈ పదార్థం ఆకాశం అంతటా వ్యాపించి ఉంటుంది. అగ్ని దీనిని దహించజాలదు. అందువల్ల మృతదేహం దహనమైన తర్వాత సూక్ష్మశరీరం చంద్ర లోకంలోనికి కాని, సూర్య లోకంలోనికికాని, ఇతర లోకాలలోనికి కాని వెళుతుంది. దేవతలు, అనగా సజ్ఞనులు లేదా పురోహితులు, మొదటి సమర్పణలో శ్రద్ధను తొలి యజ్ఞాగ్నిగా అర్పిస్తారు. సోమరసం ఉత్పత్తి అవుతుంది. సోమరసాన్ని మేఘాలకు లేక విద్యుత్ మండలానికి అర్పిస్తారు. వర్షాలు కురుస్తాయి. ఆవిధంగా పంచాగ్ని క్రియ జరుగుతుంది. శ్రద్ధ ఏదో ఒక సూక్ష్మరసం రూపంలో ఉన్ననీరు అని శంకరాచార్యులు వివరించారు. ఎందుకంటే, యజ్ఞాగ్నిలో దగ్ధమయే ప్రతి వస్తువు ఆ రసంగా, మారి, భక్తుని శ్రద్ధలో ఉన్న

మానసిక బలంతో ఊర్ధ్వ లోకాలపైపు పంపబడుతుంది. మన సత్కార్మలు, మన ప్రార్థనలు, శ్రద్ధతో చేసే మన సమర్పణలు-అన్నీ ఆ సూక్ష్మరసాన్ని మన శరీరాలనుండి ఊర్ధ్వలోకాలకు పంపుతాయి. చంద్రుడు భూమికి అతి సమీపంలో ఉన్న గ్రహం. భూమికి ఉప గ్రహం. ఆ చంద్రుడు ఆ విధంగా పైకి పంపబడిన సూక్ష్మరసాన్ని ఆకర్షించి, దానిని సోమరసంగా మారుస్తాడు. ఆ సోమరసం భూమి యొక్క విద్యుత్ మండలంపై పడి వర్షంతోపాటు కురుస్తుంది. వర్షపు నీటితో దిగివచ్చిన ఆ సోమరసం వృక్షములలో జీవరసం రూపం ధరి స్తుంది. శాకములు ఆహారంగా తీసుకున్నపుడు అది శుక్రం రూపం ధరి స్తుంది. అందువల్ల సూక్ష్మరసం మన శరీర వ్యవస్థలో ప్రధానమైన పాత్ర వహిస్తుంది. గర్భంలో ఉన్న అండము పూర్తిగా పెరిగిన పిండము- రెండూ సూక్ష్మరసం యొక్క సృష్టి. సూక్ష్మరసంతో కప్ప బడి ఉన్న జీవాత్మ గర్భంలో ప్రవేశించినపుడు, సూక్ష్మరసం ఆజీవాత్మను పిండము యొక్క శరీర భాగంతో కలుపుతుంది. ఆవిధంగా- మరణ సమయంలో వ్యక్తి పాత భౌతిక శరీరాన్ని వదలివేస్తాడు. సూక్ష్మ శరీరంతో గర్భంలో ప్రవేశిస్తాడు. బహుశ ఆ జీవాత్మ కొరకు ప్రత్యే కంగా ముందుగానే రూపొందించబడిన కొత్త భౌతిక శరీరంలోనికి ప్రవేశిస్తాడు. సూక్ష్మశరీరాన్ని అంతవరకు స్వేచ్ఛగా ఉన్న భౌతిక శరీరం యొక్క సూక్ష్మభాగంతో కలిపే పని సూక్ష్మరసం చేస్తుంది.

యోగి బ్రహ్మచర్యం ద్వారా తన శరీరంలోని సూక్ష్మరసంపై అదుపు సంపాదిస్తాడు. సూక్ష్మరసం ప్రాణతత్వము యొక్క అంత ర్నిహిత రూపమే. సూక్ష్మ రసంతో నిర్మితమైన శరీరం ప్రాణమయ కోశము. భౌతిక శరీరం అన్నమయ కోశము. మూడవది మనోమయ కోశము. ప్రాణమయ కోశము ద్వారా పిన్నలకు కటాక్షాన్ని అందించే,

పెద్దలనుండి ఆశ్వీసులు పొందే మనఃస్థితి శ్రద్ధ. సూక్ష్మరసం ఇందుకు మాధ్యమంగా పని చేస్తుంది. దాని ప్రవాహవేగం యోగికి అనుభూతి లోనికి వస్తుంది.

యోగి శుక్రము యొక్క బహిర్గమనాన్ని అంతర్గమనంగా మార్చుతాడు. దానిని సోమరసంగా మార్చుతాడు. ఆ విధంగా సూక్ష్మ శరీరంపై అదుపు సంపాదిస్తాడు. అటువంటి యోగి తన సంకల్ప బలంతో సూక్ష్మశరీరానికి, భౌతిక శరీరానికి మధ్యవున్న లంకెను జోడించ గలుగుతాడు, విడదీయ గలుగుతాడు. ఐదు విధముల ఆంతరిక పరిణామక్రమం ద్వారా శుక్రం సోమరసంగా మారుతుంది. మొదటి దశలో శుక్రమును యోని స్థానములో ఉన్న రజస్సు అనే అగ్నిలోనికి ఆహుతి చేస్తారు. అప్పుడు ఆ ఆవేశములు రెండూ సంయోగం చెందు తాయి. ఆ సంయోగంలో ఉష్ణం జనిస్తుంది. ఆ ఉష్ణం శుక్రమును మరింత సూక్ష్మ పదార్థంగా మార్చుతుంది. ఆ పదార్థాన్ని శరీరంలోని వివిధ గ్రంథులు ఇముడ్చుకుంటాయి. అందువల్ల ఒకవిధమైన విద్యుచ్ఛక్తి జనిస్తుంది. దానిని వ్యక్తిగత విద్యుత్తు అంటారు. అపుడు ఆ విద్యుత్తు మూలాధారం వద్ద కేంద్రితమై వెన్నెముక మీదుగా పైకి ప్రవహిస్తుంది. వెన్ను ద్వారానికీ, బయట వాతావరణానికీ పోలిక ఉన్నది. అది సూర్య ద్వారము. "సూర్యద్వారే సుషుమ్నాయామ్ నాడ్యాం" అని యోగ దర్శన సూత్రములు 3,26 లపై వాచస్పతి వ్యాఖ్య చెపుతున్నది. సూర్యద్వారం సుషుమ్న నాడి అని దానిఅర్థం. సూర్య ద్వారం నాభిప్రాంతంలో క్రిందపైపు తెరుచుకుని విషాన్ని క్రక్కుతూ ఉంటుంది. ఆవిద్యుత్తు సూర్య ద్వారంగుండా ప్రవహించినపుడు, ఆ ద్వారం ఎగువవైపు తెరచుకొని, సోమరసాన్ని ఇవ్వడం ప్రారం భిస్తుంది. అనగా- వెన్నెముకలో ప్రవహించే విద్యుత్తు దానిని సోమ రసం ఇచ్చేటట్లు చేస్తుంది. ఆ సోమరసం చంద్ర స్థానం అయిన చిన్న

మెదడును చేరుతుంది. అది స్వర్గ ప్రాంతం. అక్కడ సోమరసం సూక్ష్మరసంగా మారుతుంది. సోమరసం యొక్క స్థానం భ్రూమధ్యం.

అంతరిక్షగతో వహ్నిర్ వైద్యుతః స్వాంతరాత్మకః।
నభఃస్థః సూర్యరూపోఽగ్నిర్ నాభిమండల మాశ్రితః॥
విషం వర్షతి సూర్యోఽసీ స్రవత్యమృత మున్ముఖః।
తాలుమూలే స్థితశ్చంద్రః సుధాం వర్షత్యధోముఖః॥

యోగశిఖా (5-32, 33)

"అంతరిక్ష విద్యుత్తు ఆంతరిక విద్యుత్తువంటి అగ్ని. అనగా వ్యక్తిగత విద్యుత్తువంటి అగ్ని. ఆకాశంలో సూర్యరూపంలో ఉన్న అగ్ని నాభిమండలంలోని అగ్నివంటిది. ఇక్కడ సూర్యుడు విషాన్ని వెళ్ళగక్కుతాడు. అతని ముఖమును పైకి త్రిప్పినపుడు అది అమృతమును వర్షించడం ప్రారంభిస్తుంది. తాలుమూలంలో చంద్రుడు ఉన్నాడు అధోముఖుడుగా, అమృతమును వర్షిస్తూ"

ఈ విధంగా యోనిస్థానం, శరీరగ్రంథులు, మూలాధారం, వెన్నెముక, చిన్న మెదడు—ఐదు ఆంతరికమైన యజ్ఞాగ్నులు. బయటి ఐదు యజ్ఞాగ్నులను పోలినవి. ఈ పంచాగ్ని క్రియ పూర్తయిన తర్వాత, ఈ పరిణామ క్రమం పూర్తయిన తర్వాత యోగి అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియలోని నాల్గవ చక్రంలోనికి తిరిగి వెళ్ళి, తన సూక్ష్మ శరీరంపై అదుపు సంపాదిస్తాడు. వజ్రోలి, ఖేచరి ముద్రలను మొదట సాధించిన తర్వాత మాత్రమే లేదా తన కుండలినీ శక్తి మేల్కొల్పబడిన తర్వాత మాత్రమే ఇ- సాధ్యమవుతుంది. ఎందుకంటే, మేల్కొల్పబడిన కుండలిని మాత్రమే అంతర్నిహితమైన శక్తుల చుట్లు విప్పడం ప్రారంభిస్తుంది. వాటిని కార్యశీలం చేస్తుంది.

అంతర్నిహితతత్వ ప్రక్రియలోని ప్రజనన దశపై అదుపు సంపాదించడంతో, జనన మరణాల మూడవ చక్రం కూడ అదుపులోనికి వస్తుంది. జనన మరణాల చక్రంనుండి విముక్తి సాధ్యమవుతుంది. మనస్సు, సూక్ష్మరసం, సోమరసం చంద్రునినుండి జనించినవి. అందువల్ల సోమరసం, సూక్ష్మరసం మనస్సుకు పుష్టిని ఇస్తాయి. దానికి స్థిరత్వము కల్పిస్తాయి. మనస్సును సృష్టికి మూల కారణం అయిన ప్రాణ తత్వం పైపు పరిణామ దిశగా పయనింప జేస్తాయి.

సోమరసం బిందువు యొక్క అత్యున్నత రూపం. శుక్రం అత్యవనత రూపం. యోగశాస్త్రం యోగికి సోమరసాన్ని చవిచూచేటట్లు చేయగల సాధనలను నిర్దేశిస్తుంది. మామూలు వ్యక్తులలో సోమరసం వెన్నెముకద్వారా సహజ క్రమంలో క్రిందికి ప్రవహించి, సూర్యుని అగ్నిలో దగ్ధమవుతుంది. యోగి ఖేచరీ ముద్రద్వారా దానిని తాలు మూలంనుండి బొట్లు బొట్లుగా పడేట్లు చేస్తాడు. తన నాలుకను అంగుటికి చేర్చడం ద్వారా దానిని చవిచూస్తాడు. అలా ఆస్వాదించిన రసం ఆతడి శరీర వ్యవస్థకు కాయకల్ప చికిత్స జరుపుతుంది. అతడి శరీరంలోని గ్రంథులన్నీ జీవశక్తితో నిండుతాయి. వార్ధక్యంలో ఉన్న శరీరాలకు సైతం యౌవనం చేకూరుతుంది. అటువంటి యోగి విషాలను సైతం జీర్ణం చేసుకోగలడు, తన శరీర వ్యవస్థకు ఎటువంటి హాని లేకుండా.

ముగింపుగా— ఇలా చెప్పవచ్చు. బీజము సృష్టిలోని చివరి ఉత్పత్తి. ప్రతి బీజములో పురుష భాగం, స్త్రీ భాగం ఉంటాయి.

రెండూ కలసి మొలకెత్తే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటాయి. జంతు ప్రపంచంలో కూడ అదే జరుగుతుంది. మానవుల విషయంలో— వంశాభివృద్ధికై ప్రజననం కొరకు కాక, ఆ రెండింటినీ ఆంతరికంగా సంయోగం చేయగలిగితే, అందులోనుండి ఒక శక్తి ఉదయిస్తుంది. ఆ శక్తి నిద్రాణమై ఉన్న కుండలినీ శక్తిని మేలుకొలిపి, దానిని పరిణామ దిశకు మళ్ళిస్తుంది. లైంగిక సంయోగంలో ఉభయులూ ఒక విధమైన ఇంద్రియ సుఖాన్ని అనుభవిస్తారు. ఆ విధంగానే— ప్రాణం అపానం, ఇడా పింగళ, శుక్రము రజస్సు అనే ద్వంద్వ శక్తుల సంయోగంవల్ల మానసిక శక్తి, ప్రాణశక్తి పరమాత్మలో లీనమవుతాయి. మరింత ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక ఆనంద అనుభూతి కలుగుతుంది.

—0—

# ఏడవ అధ్యాయము

## ప్రాణ తత్వం

భూతభావము రెండు రూపములను ధరిస్తుందని మొదటి అధ్యాయంలో పేర్కొన్నాము. మొదటిది అది క్రిందకు దిగి విసర్గ భావము రూపమును ధరిస్తుంది. రెండవది అది తాను మార్పు పొందకుండా ప్రసారం చేస్తుంది. ఆ తర్వాత ప్రాణములు అనే జీవ కిరణములతో వ్యక్తుల శరీరములను చైతన్యవంతం చేస్తుంది. విశ్వజనీనమైన ప్రాణము అభివ్యక్తమైన మహత్ లేదా సత్. విశ్వజనీనమైన జీవ తత్వము. వ్యక్తులలో ఈ రెండు అంశములు శరీరముగా, జీవముగా స్పష్టంగా కానవస్తాయి. వ్యక్తియొక్క భౌతిక, సూక్ష్మ శరీరములు భూతభావమునకు సంబంధించినవి. అవి ప్రాణము యొక్క ప్రతిబింబముతో జీవితమును ప్రతిబింబిస్తాయి. ఆ ప్రాణము యొక్క కిరణములు జీవపరంగా మారిన ఆధ్యాత్మిక భావమునుండి ఉదయిస్తాయి. మరణ సమయంలో జీవగతమైన ప్రాణము భౌతిక శరీరమును వదలి వెళుతుంది. ఫలితంగా— శరీరము విశ్వజనీనమైన భూతభావములోని తన విభాగములుగా విడిపోతుంది. ఆ విభాగములు తమ తమ మూలతత్వములలో కలిసిపోతాయి. అయితే, మరణంవల్ల సూక్ష్మ శరీరం ప్రాణము నుండి వేరుపడదు. జీవం ఉన్నప్పుడు జీవాత్మనుండి ప్రసారమయ్యే ప్రాణకిరణములు మరణ సమయంలో తమ బాహ్య గమనమును నిలిపివేస్తాయి. కారణం శరీరం యొక్క అంతశ్చేతనలోని తమ కేంద్రంలోనికి తిరిగి వెళ్ళిపోతాయి. నిద్రలో జరిగే విధంగా— తమతోపాటు ఇంద్రియములు, మనస్సు, బుద్ధి, చైతన్యములను యధాతధంగా అంతశ్చేతనలోనికి తీసుకువెళతాయి. ఆ కారణ శరీరం కొత్త భౌతిక శరీ

రంలో ప్రవేశిస్తుంది. అయితే, మోక్షం లభించినప్పుడు సూక్ష్మ శరీరం లోని విభాగములు పరిణామం పొందుతాయి. ఒకదాని తర్వాత మరొకటి ప్రాణముగా పరిణామం పొందుతాయి. అ ప్రాణము అధ్యాత్మ భావములో, ఆ తర్వాత పరమ భావములో లీనం అవుతుంది. అందువల్లనే- "న తస్య ప్రాణా ఉత్క్రామన్తి" అన్నారు. "భౌతిక శరీరము వదలివేయబడినప్పుడు అతడి ప్రాణములు బయటికి వెళ్ళవు". జాగృత, స్వప్న, నిద్ర అవస్థలు ఉత్పత్తి ప్రాణము యొక్క సృష్టి అని, ప్రత్యేక ప్రతిపత్తి కలిగిన పురుషునినుండి ఉదయించే జీవకిరణములు ప్రాణములని గౌడపాద ఆచార్యుడు మాండూక్యోపరిషత్తు కారికలలో (ఆరవ శ్లోకం) స్పష్టం చేశాడు.

ప్రశ్నోపనిషత్తులలో జీవగతమైన ప్రాణము గురించి కౌశల్య అశ్వలాయనుని ప్రశ్నకు సమాధానంగా ఋషి పిప్పిలాదుడు ఇలా చెప్పాడు :

"ఆత్మనుండి ఈ ప్రాణము జన్మిస్తుంది. మనిషిపైన నీడలాగా దాని (ఆత్మ) పైన ఇది విస్తరించి ఉన్నది. మనస్సుపై ఆధిపత్యం వహించి ఇది శరీరంలోనికి వస్తుంది. (3.3)

'మీరు ఆ ఈ గ్రామాలలో ఉంటూ వాటిని పాలించండి' అని చక్రవర్తి తన అధికారులను నియమించినట్లుగానే ఈ ముఖ్యప్రాణం కూడా ఇతర ప్రాణాలను వాటి వాటి పనులలో నియోగిస్తుంది (3.4).

విసర్జన జననేంద్రియాలలో అతడు 'అపానము'ను నియమిస్తాడు కన్నూ చెవీ నోరూ ముక్కులలో ముఖ్య ప్రాణం స్వయంగా పాలిస్తుంది. మధ్యలో 'సమానము'ను నియమిస్తుంది. లోనికి తీసుకొన్న ఆహారాన్ని అది అన్ని భాగాలకూ సమానంగా పంచిపెడుతుంది కనుక

దానిని సమానం అని పిలుస్తారు. దానినుండి ఈ ఏడు జ్వాలలు (రెండు కళ్ళు, రెండు చెవులు, రెండు ముక్కులు, ఒక నోరు) ఉదయిస్తాయి (3.5).

"ఆత్మ హృదయంలో నివసిస్తుంది. ఆ హృదయం నూట ఒక్క నాడులకు కూడలి. ఒక్కొక్క నాడికీ నూరేసి శాఖానాడులు, ప్రతి శాఖా నాడికీ మళ్ళీ డెబ్భైయి రెండువేల ఉపశాఖలూ ఉన్నాయి. వీటన్నిటిలో 'వ్యానం' సంచరిస్తుంది (3.6).

ఇక వాటిలో పైకి వెళ్ళే దానిద్వారా 'ఉదానం' (మరణం తర్వాత) పుణ్యకర్మలను ఊర్ధ్వలోకాలకు, పాపులను పాపలోకాలకు చేర్చుతుంది. పుణ్యపాపములు రెండూ కలిగినవారిని తిరిగి మనుష్య లోకానికి చేర్చుతుంది (3.6).

ఆ విధంగా జీవగతమైన ప్రాణము శరీరం అంతటా వ్యాపించి, ఐదు రూపములుగా విడిపోతుంది. ఆ అయిదూ చేసే క్రియలను బట్టి వారికి నామములు ఇవ్వబడ్డాయి. అవన్నీ నాడులద్వారా పని చేస్తాయి. సాధారణంగా ప్రాణం అనే పదాన్ని శ్వాసకు వాడతారు. అయితే,యోగ శాస్త్రం ప్రకారం ప్రాణము శ్వాసను నియమించే శక్తి. అది జీవ శక్తి లేదా జీవని శక్తి. దాని ప్రసారములు నాడీమండలం అంతటా పైకీ, క్రిందకూ ప్రవహిస్తూ ఉంటాయి. అందువల్ల దానిని జీవన దాయిని అయిన క్రియావహ శక్తిగా వర్ణించవచ్చు. ఆ ప్రాణ శక్తిని ఒక వ్యక్తి నుండి మరొక వ్యక్తికి ప్రసారం చేయవచ్చునని అనుభవం చెపుతున్నది. ప్రాణ ప్రసారము వ్యక్తియొక్క ఇచ్ఛకులోబడి, దానికి అతీతంగాను కూడ ప్రవహిస్తుంది. మామూలు వ్యక్తులలో ఈ శక్తి నిద్రాణ స్థితిలో అంటుంది. అనియంత్రిత నాడీ స్పందనగా కనపడుతుంది. అయితే, యోగి ఈ శక్తి ప్రవాహమును తన ఇచ్ఛ ద్వారా

అదుపు చేస్తాడు. దానిని తన శరీరంనుండి బయటకు ప్రసరించగలుగుతాడు. ప్రాణ శక్తిని వెన్నెముకయొక్క మూలమువద్దకు నడిపించడం, దానిని అక్కడ లగ్నం చేసిన తర్వాత సుషుమ్నానాడి గుండా సహస్రారమునకు పంపడం-ఇదీ యోగి చేసే ప్రయత్నం. ప్రాణ శక్తి సహస్రారమునకు చేరుకున్నపుడు సమాధి స్థితి సిద్ధిస్తుంది.

ప్రాణ తత్వం మూడు విధములుగా పనిచేస్తుంది-సంకల్ప శక్తి, క్రియ, జ్ఞానములద్వారా. మూడు విధములుగా అభివ్యక్తమయ్యే ఒకే తత్వం అధ్యాత్మ భావంనుండి ఓం కారపు వెలుగు ప్రసరించే స్థలంలో కేంద్రితమై ఉన్నది. సంకల్ప శక్తిగా అది మనస్సుద్వారా పని చేస్తుంది. క్రియగా అది క్రియావహ నాడుల(motor nerves)ద్వారా పనిచేస్తుంది. జ్ఞానముగా అది జ్ఞానవహ నాడుల (sensory nerves) ద్వారా పని చేస్తుంది. అందువల్ల మన నాడీమండలం అంతటికీ ఈ మూడు పనులూ ఉన్నాయి. ఈ నాడీ మండలం పని రెండు విధములుగా ఉంటుంది. శరీర యంత్రమును క్రమబద్ధం చేయడం, దానిని ఆరోగ్య ప్రదమైన స్థితిలో చక్కగా పనిచేసే స్థితిలో ఉంచడం ఒక పని. శరీరమును బాహ్య ప్రపంచంతో సంబంధం కలిగి ఉండేటట్లు చేయడం మరొక పని. శరీరములోని ఆంతరిక ప్రక్రియలను సుస్థితిలో ఉంచే విభాగం ఆచరణలో స్వతంత్రంగా ఉంటుంది. బయటి ప్రపంచాన్ని గురించి మనకు తెలియజేసే విభాగం-అనగా చూపుకు, వినడానికి, స్పర్శకు, రుచికి, వాసనకు సంబంధించిన జ్ఞానవాహనాడులు-కూడ స్వతంత్రంగా ఉంటాయి. అయితే, శరీరాన్ని బయటి ప్రపంచంతో సంబంధం కలిగి ఉండేటట్లు చేసే క్రియావహ నాడుల మండలం సంకల్ప శక్తి క్రింద పనిచేస్తుంది. జ్ఞానవాహ నాడులన్నీ అంతర్ముఖములు. అవి జ్ఞానేంద్రియములపై పడిన ముద్రలను మెదడులోని జ్ఞానవహ కేంద్రములకు అందిస్తాయి. ఆ తర్వాత వాటిని గ్రహించడం,

గుర్తించడం జరుగుతుంది. క్రియావహ నాడులు బహిర్ముఖములు అవి మెదడునుండి ఆజ్ఞలను కొనిపోయి, అంగ ప్రత్యంగములను పని చేయిస్తాయి. శరీరంలోని ఆంతరిక ప్రక్రియలను పని చేయించే స్వతంత్ర మండలంలోని నాడులలోకూడ అంతర్ముఖములు, బహిర్ముఖములు అయిన నాడీతన్తువులు ఉన్నాయి. అంతర్ముఖములైన(afferent) నాడీ తన్తువులు వేగవర్ధకములు (acceleratory), ధాతు క్షీణ క్రియ జరిపేవి (catabolic), బహిర్ముఖములైన (effernt) నాడీతన్తువులు అదుపుచేసేవి, ధాతు నిర్మాణక్రియ జరిపేవి (anabolic). స్వతంత్ర మండలము సమవేదన నాడీమండలంగా (sympathetic system), మధ్యమ నాడీమండలంగా (Para sympathetic system) విడిపడి ఉన్నది. ధాతుక్షీణ క్రియ చాలవరకు సమవేదన నాడీమండలం యొక్క పని. దానిలో అంతర్ముఖమైన నాడీ తన్తువులు ఉంటాయి. ధాతు నిర్మాణక్రియ చాలవరకు మధ్యమ నాడీమండలం యొక్క పని. దానిలో ప్రధానంగా బహిర్ముఖమైన నాడీ తన్తువులు ఉంటాయి. సమవేదన నాడీమండలం కోష్ఠాంగములతో (viscera), శరీరములోని రక్తవహ స్రోతస్సులతో (blood vessels) సమవేదన కలిగి పనిచేస్తుంది. శరీర యంత్రం యొక్క నిర్వహణను మస్తిష్కంలోని కేంద్రములను (brain centres) తెలియపరచే పని అంతర్ముఖ నాడీ తన్తువులది. ధాతు నిర్మాణం, సంవర్ధన లోపాలను తొలగించడం అనే పని బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువులది. యోగశాస్త్రం ప్రకారం నాడీమండలంతటినీ ప్రాణతత్వం నడుపుతుంది. సంకల్ప శక్తికి లోబడి, స్వతంత్రంగాను గూడ. సంకల్ప శక్తికి లోబడినపుడు కూడ ప్రాణ తత్వానికే కీలక ప్రాధాన్యం ఉంటుంది. ఎందుకంటే, ప్రాణ శక్తిని అదుపుచేస్తే మనస్సు సహజంగానే అదుపులోనికి వస్తుంది. అందువల్ల ప్రాణ శక్తి అన్నింటినీ మించినది. స్థూల శరీరంయొక్క, సూక్ష్మ శరీరంయొక్క

కార్యకలాపములు అన్నింటినీ అదుపుచేసే శక్తి అది. మనం మన చేతులను, కాళ్ళను, తలను, ఇతర అవయవాలను మన ఇచ్ఛానుసారం కదిలిస్తూ ఉంటాయి. వాటిని మనం కోరేవిధంగా చాపుతాం, కదుపుతాం, వంచుతాం, సాగదీస్తాం, మెలిత్రిప్పుతాం. అయితే, గుండె, ప్రేవులు, మూత్ర పిండములు వంటి అవయవముల పనులు స్వతంత్రమైనవి. కొందరు వ్యక్తులు ఈ అవయవముల పనులను సైతం కొంతవరకు సంకల్ప శక్తికి లోబడి ఉండేటట్లు చేయగలుగుతారు. కండరాలను అదుపుచేసే శక్తిని సంపాదించేవిధంగా వ్యక్తి తన సంకల్ప శక్తిని అభివృద్ధిపరచుకోవడం ద్వారా ప్రతి కండరాన్ని కదపగలుగుతాడని పలువురు ప్రదర్శించి చూపి ఉన్నారు. ఆ విధంగానే, సాధనద్వారా నాడి కొట్టుకోవడాన్ని, గుండె కొట్టుకోవడాన్ని సంకల్ప శక్తి యొక్క అదుపులోనికి తెచ్చుకోవచ్చు. ఇంద్రియముల విషయంలో మాత్రం-అవి తమకు తాముగా పనిచేస్తాయి. మనం మన కనురెప్పలు మూసుకోవచ్చు కాని, కనురెప్పలు తెరచి ఉన్నపుడు మనం చూడకుండా ఉండలేము. అలాగే, కఠోరమైన ధ్వనినికాని, కర్కశమైన స్వరాన్నికాని వినడానికి మనకు యిష్టం లేకపోయినప్పటికీ, శ్రవణ శక్తిని అరికట్టడంలో మనం నిస్సహాయులం అవుతాం. రుచి, వాసన,స్పర్శల విషయంలోనూ ఇంతే.

స్వతంత్ర మండలంలోని నాడులయొక్క ముఖ్యమైన పనులు ప్రాణము, అపానము, సమానము, వ్యానము, ఉదానము. ప్రాణము జ్ఞానవహా నాడులను అంతర్ముఖ నాడీ తన్తువులను పని చేయిస్తుంది. శ్వాసేంద్రియ మండలంలోని స్వతంత్రమైన బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువులలో పని చేస్తుంది. మధ్య ఉండే సమానం జీర్ణావయవ మండలమును పని చేయిస్తుంది. అపానము విసర్జన మండలమును, వ్యానము ప్రసరణ మండలమును, ఉదానము కండర మండలమును పనిచేయిస్తాయి.

ఉదానం వ్యక్తిని తన కాళ్ళమీద నిటారుగా నిలబడేటట్లు చేస్తుంది. మరణం తర్వాత ఆత్మకు పునర్జన్మ ఎత్తేందుకు దారి చూపుతుంది.

ఆధునిక నాడీ విజ్ఞానం మండలమును మూడు విభాగములుగా వర్గీకరించింది- సుషుమ్నా, సహవేదనీయం, ప్రత్యేకు సంబంధించినది. సుషుమ్నా మండలంలో వెన్నెముక, గొంతుకు (Cervical), రొమ్ముకు (thoracal), నడుముకు, (Lumbar), పొత్తికడుపుకు (Sacral), కూపకమునకు (pelric) సంబంధించిన దాని శాఖలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని అంగ ప్రత్యంగములు అన్నింటికీ వ్యాపించి ఉంటాయి. ఈ మండలంలో ప్రధానంగా సంకల్ప శక్తితో నడిచే క్రియావహ నాడులు ఉంటాయి. అనుత్రికాస్థి పీఠం (Coecy-geal pedastal) మీద వెన్నుపూస (spiralcolumn) లోపల వెన్నెముక నిలచి ఉంటుంది. సుషుమ్నా శీర్షం లేదా వెన్నుబాము తల భాగం (Medula Oblangata) వద్ద ఇది అంతమవుతుంది. వెన్నెముకను యోగులు సుషుమ్నా అని పిలుస్తారు. రెండవ మండలంలో రెండు నరములు ముడుల సముదాయములు (Gangliated trunks of nerves) ఉంటాయి. ఇవి వెన్నెముక వెలుపల చెరొకవైపున ఉంటాయి. గుదము (anus) వెనుక ఉండే గడ్డువు లేక నరముల ముడి (Genglian im-par) వద్ద అవి కలుస్తాయి. రెండూ దక్షిణ మస్తిష్కము (Dind-brain) వరకు వెళతాయి. ఒక్కొక్క దానికి 24 నరముల ముడులు (Ganglia) ఉంటాయి. ఈ ముడుల ద్వారా రెండువైపులా వెన్నుబాములోని 32 ఎముకల ద్వారా రెండూ వెన్నుపూసతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఇవే యోగ శాస్త్రంలోని ఇడా, పింగళలు. "షట్ చక్ర నిరూపణ" గ్రంథంలోని దిగువ శ్లోకం లోని వర్ణనతో దానిని పోల్చిచూడండి.

మేరోర్ బ్రహ్మప్రదేశే శశిమిహిరశిరే సవ్యదక్షే నిషణ్ణే ।
మధ్యే నాడీ సుషుమ్నా త్రితయగుణమయీ చంద్రసూర్యాగ్ని
రూపా ॥

"మేరువు అనగా వెన్నెముక వెలుపల ఎడమవైపున చంద్రనాడి, కుడివైపున సూర్యనాడి ఉన్నాయి. దానిలోపల సుషుమ్నా నాడిఉన్నది. సుషుమ్నా నాడికి మూడుగుణములు ఉన్నాయి- చంద్ర, సూర్య, అగ్ని గుణములు."

సుషుమ్నా నాడిలోని ఎడమ అర్ధభాగం చంద్రరూపి, కుడి అర్ధభాగం సూర్యరూపి, మధ్య భాగం అగ్నిరూపి. మూడవ మండలంలో కళ్ళకు, ముక్కుకు, నాలుకకు, ముఖమునకు సంబంధించిన నాడులు, హృదయములోని నాల్గవ అర (Fouth ventrical) నుండి వృక్షము, గుండె, కుక్షిల ద్వారా కూపకము వరకు వ్యాపించి ఉండే నాడి ఉన్నాయి. ఈ చివరి నాడిని ప్రాణదా నాడి (Vagus nerve) అంటారు. మిగిలినవి ఆయా భాగములకు చెందిన జ్ఞానవహ, క్రియా వహ నాడులు. అయితే, ప్రాణదా నాడి స్వతంత్రంగా పని చేస్తుంది. "మిస్టీరియస్ కుండలిని" గ్రంథంలో డాక్టర్ రేలే ఈనాడి యొక్క కుడి శాఖకు అత్యధిక ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. అదే కుండలిని అని ఊహించారు. సమవేదన నాడీ మండలంలోని వివిధ జాలకములకు ప్రాణదానాడి యొక్క కుడి శాఖతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఈ జాలకములు, యోగ శాస్త్రంలోని చక్రములు ఒకటేనని ఆయన భావించారు. కూపక జాలకము మూలాధార చక్రమని, ఆమాశయ (Hypo-gastric) జాలకము స్వాధిష్ఠాన చక్రమని, నాభిమూల (Solar) జాలకము మణిపుర చక్రమని, హృదయ నాడీ (Cardiac) జాలకము అనాహత చక్రమని, గళనాడీ (Pharyngeal) జాలకము విశుద్ధ చక్రమని, భ్రుకుటీ స్థాన (Naso-ciliary) జాలకము ఆజ్ఞా చక్రమని

ఆయన భావించారు. డాక్టర్ రేలే ప్రాణదా నాడికి, కుండలినికి దిగువ మాటలలో పోలిక చూపారు : "ప్రాణదా నాడిని మూడు భాగములుగా చేయవచ్చు. (Medula) లో ఉండే మొదటి భాగంలో బహిర్ముఖమైన నాడీ తస్తువులు ఉంటాయి. మెదడులోని నాల్గవ అర (Fourth ventrical) క్రింది భాగంలో ఇది ఉంటుంది. దీనిని కుండలిని యొక్క నోటితో పోల్చవచ్చు. రెండవ భాగం పుర్రె మొదలనుండి నాభీమూల జాలకం వరకు ఉంటుంది. ఇందులో అంతర్ముఖ, బహిర్ముఖ నాడీ తస్తువులు రెండూ ఉంటాయి. ఇది వంపు తిరిగి ఉంటుంది. దీనిని కుండలిని యొక్క శరీరంతో పోల్చవచ్చు. మూడవభాగంలో ప్రధానంగా అంతర్ముఖ నాడీ తస్తువులు ఉంటాయి. ఇది నాభీమూల జాలకం ద్వారా ఆమాశయ, కూపక జాలములను కుండలిని శరీరంతో కలుపు తుంది. దీనిని కుండలిని యొక్క తోక అని చెపుతారు. ధాతుక్షీణ క్రియ స్వతంత్ర మండలంలోని సమవేదన భాగమని స్థూలంగా చెప్పవచ్చు. ధాతు నిర్మాణక్రియ మధ్యమనాడీ మండలానికి సంబంధించినది. ప్రధా నంగా ప్రాణదా నాడికి సంబంధించినది. ఈ విధంగా సమవేదన మండలం, ప్రాణదా నాడి- రెండింటి క్రియలు పరస్పర విరుద్ధములు_"

వెన్నుబాము మండలంలోని కూపకముకు, పొత్తి కడుపుకు, నడుముకు, మెడకు సంబంధించిన జాలకములు కూడ ఉన్నాయి. కాళ్ళ లోనికి వ్యాపించి ఉన్న నాడులకు మూలములు పొత్తికడుపుకు, నడు ముకు సంబంధించిన జాలకములలో ఉన్నాయి. లోని నాడులకు మూల ములు నడుముకు సంబంధించిన జాలకములలో ఉన్నాయి. కూపక ప్రాంతంలోని నాడులకు మూలములు ఉపస్థ (Pudendal) జాలకములో ఉన్నాయి. చేతులలోని నాడుల మూలములు మెడకు సంబంధించిన జాలకములలో ఉన్నాయి. ఈ జాలములు సంకల్పశక్తికి లోబడి పని

చేస్తాయి. ఈ మూడు మండలములు స్వతంత్రమైన క్రియలు కలిగి ఉన్నప్పటికీ, వీటిమధ్య పరస్పర సంబంధములు ఉన్నాయి. కుండలిని ప్రాణదా నాడి కాని, మరొక నాడికాని కాదని చెప్పిఉన్నాము. అది ఒక శక్తి. మేలుకొలుపబడి నప్పుడు అది మొత్తం శరీర వ్యవస్థ అంతనూ నడిపిస్తుంది. సుషుమ్న ద్వారంవద్ద ఆమె నిద్రలో ఉన్నదనే వర్ణన అలంకారంగా చెప్పబడినది. దానిని అక్షరశః తీసుకోకూడదు. ప్రాణదానాడిని అలంబుసా*అని, అది కూపక ప్రాంతములోని కొండము నుండి ధ్వడి నాడులవరకు వ్యాపించి ఉన్నదని పెక్కు ఉపనిషత్తులు వర్ణించాయి. ఉరోభాగంలో ఉన్న కూర్మనాడి+ గా కూడ దానిని వర్ణించాయి. పతంజలి యోగ దర్శనంలోని 3-31 సూత్రానికి వ్యాస భాష్యంలో దానిని విశ్వోదరి× గా యోగ శిఖోపనిషత్ వర్ణించింది. దానిని కూపక ప్రాంతంలో ఉన్న శంఖిణిగా కూడ వర్ణించారు.

యోగి సుషుమ్నకే కీలక ప్రాధాన్యం ఇస్తాడు. వెన్నుబాము చివర సన్నటి దారంవలె ఉండి, త్రికోణాకారంలో ఉన్న అనుత్రికాస్థి పీఠంపై నిలిచిఉంటుంది. అక్కడ వున్నది బ్రహ్మనాడి ద్వారం. విటపము (Perinium), అనుత్రికాస్థి పొత్తికడుపు ఎముకలకు ఎదురుగా దానికి ఎగువున ఉండే కండరము అండాకారముగా ఉండే కొండముగా

---

* త్రిశిఖ బ్రాహ్మణోపనిషత్, శాండిల్యోపనిషత్.

+ కూపాదధ్య ఉరసి కూర్మాకార నాడీ, తస్యాకృత్ సంయమః
 స్థిరపదం లభత్ యథా సర్పోగోధావా ।

× విశ్వోదరీ తు యా నాడీ సాభుఙ్త్తేనన్న చతుర్విధమ్ ।

ఉంటాయి. దాని కేంద్రంవద్ద కుండలినీ శక్తి బంధితమై ఉంటుంది. మేలుకొలుపబడినప్పుడు కుండలిని గతిశీలమైన రూపం ధరిస్తుంది. వెన్నుపూసద్వారా పైకి ఎగసి మెదడును చేరుతుంది. సాధకునికి మోక్షమును అందిస్తుంది. యోగి ఆ విధంగా సుషుమ్నను పూజిస్తాడు. ఆ సుషుమ్న మూలంలో అనుత్రికాస్థి అనగా మూలాధారంవద్ద కుండలిని ఉంటుంది. యోగశాస్త్రంలోని చక్రములు సుషుమ్నలోపల చిత్రిణి అనే బూడిదరంగు భాగంలో ఉంటాయి. డాక్టర్ రేలే భావించినట్లు అవి బయటఉన్న జాలకములు కావు. ఈ చక్రములు సుషుమ్న లోపల ఉన్న కేంద్రములు. వెన్నుబాము మండలంలో, సహావేదనీయ మండలంలో ఉన్న జాలకములతో ఈ కేంద్రములకు సంబంధం ఉంటుంది. హఠయోగ ప్రక్రియలు వెన్నుబాము మండలంలోని జాలకములతో సంబంధం కలిగినవి. అవి సహావేదనీయ మండలంలోని జాలకములపై ప్రతిక్రియ చూపుతాయి. ఈ రెండింటియొక్క సమ్మిశ్రిత ప్రభావంవల్ల బూడిదరంగులో ఉండే ద్రవంలోపల ఉన్న కేంద్రాలు ఉజ్జీవింపబడతాయి. శరీరం అంతటిలోని నాడీమండలంలో ప్రాణశక్తి పైకి క్రిందకు ప్రవహిస్తూ ఉండడం యోగులకు అనుభవం అవుతుంది. అనుత్రికాస్థి సమీపంలో, కాళ్ళద్వారా ఆ బిందువుకు ఎగువకు ప్రవహించే స్థితిలో ప్రాణశక్తిని కేంద్రీకరించడం ద్వారా- ఆ శక్తిఅంతా ఆ బిందువులో సుషుమ్నలో క్రమంగా ప్రవేశిస్తున్నట్లు, మెదడు పై భాగం వరకు ఎగువకు పయనిస్తున్నట్లు యోగికి అనుభూతి కలుగుతుంది. మరే విధంగానూ లభించని ఆనంద అనుభూతి కలుగుతుంది. వివిధ చక్రాల నుండి ఆ శక్తి పయనించడం యోగి అనుభవంలోనికి వస్తుంది. అతనికి ఊర్ధ్వభూమికల యొక్క అనుభూతులు లభిస్తాయి. సాధారణంగా హృదయ నాడీ జాలకము, 12 వ్యాసార్థములు కలిగిన అనాహతచక్రము ఒకటే అనే అభిప్రాయం వ్యక్తం చేయబడుతున్నది. అయితే, వాస్త

వానికి అనాహత చక్రం సుషుమ్నలోపల ఉన్నది. హృదయ చక్రానికి వ్యాసార్ధములు ఆరు మాత్రమే. కనుక, ఇవి రెండూ వేర్వేరు అని స్పష్టమవుతున్నది. హృదయ నాడీ జాలకమునకు, వెన్నుబాములోని రొమ్ముకు సంబంధించిన శాఖకు ఎటువంటి సంబంధమూ లేదు. సుషుమ్నలో మూడు భాగములు ఉన్నాయి. వెలుపలి భాగం "వజ్రా". ఇది సుషుమ్న యొక్క తెలుపురంగు భాగం. అది వజ్రంవలె దృఢంగా ఉంటుంది. మధ్యభాగం "చిత్రా". బూడిదరంగులో ఉండే భాగం. లోపలి భాగం "విరజా". ఇది బ్రహ్మరంధ్రం. మస్తిష్క సుషుమ్నీయ ద్రవం (ఓజస్సు)తో నిండిన కాలువ ఇది. చక్రములు లేక పద్మములు "చిత్రా" లో ఉన్న నాడీ కేంద్రములు. కావక ప్రాంతంలో, పొత్తి కడుపు ప్రాంతంలో, నడుము ప్రాంతంలో, రొమ్ము ప్రాంతంలో, మెడ ప్రాంతంలో ఈ చక్రములు ఉంటాయి. రెండు వ్యాసార్ధములు కలిగిన ఆజ్ఞాచక్రం సుషుమ్నా శీర్షం(Medulla Oblangeta)వద్ద ఉంటుంది. వెన్నుబాములోని కుడివైపు నాడులు, ఎడమవైపు నాడులు మెదడుకు ఎగువకు వెళ్ళేమార్గంలో అక్కడ పరస్పరం తారసపడతాయి. బ్రహ్మ రంధ్రంలో నాడులు ఉండవు. ఒక ద్రవపదార్ధంతో నిండిన కాలువవంటి గొట్టం అది. ఈ చక్రములకు, లేదా పద్మములకు అది పువ్వులోని కాడవంటిది. కుండలిని ఈ కాలువగుండా పైకి వెళుతున్నప్పుడు, క్రిందివైపు తిరిగిఉన్న మొగ్గలవంటి నాడీ తన్తువులు విచ్చుకుని, ఆమె ఊర్ధ్వముఖ ప్రయాణమునకు దారి ఇస్తాయి. యోగులు దీనిని షట్చక్ర వేధ అంటారు. అనగా ఆరు చక్రములను ఛేదించడం.

సుషుమ్నా జననీ ముఖ్యా సూక్ష్మా పంకజ తన్తువత్।
సుషుమ్నా మధ్యదేశేతు వజ్రాఖ్యానాడీ వైశుభా॥
తత్ర సూక్ష్మాహి చిత్రిణీ తత్ర శ్రీ కుండలీ గతిః।
తథా సంగ్రాహ్యా తం నాడ్యా షట్ పద్మ సుమనోహరమ్॥

"మహా జనని సుషుమ్న సూక్ష్మమైన పద్మ నాళము వంటిది. సుషుమ్న లోపలభాగంలో శుభప్రదమైన వజ్రా నాడి ఉన్నది. దాని లోపల సూక్ష్మమైన చిత్రిణి ఉన్నది. అది కుండలినికి మార్గము. అందులో మనోహరమైన ఆరు నాడీజాలికముల కేంద్రములు అనగా ఆరు పద్మములు ఉన్నాయి."

యోగ ప్రక్రియలు నాడీమండలం అంతటినీ ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. జీవాత్మ పరమాత్మలో లీనం కావడం యోగంయొక్క చరమలక్ష్యం. యోగ శిఖోపనిషత్‌లోని 68వ శ్లోకం యోగమును ఈవిధంగా నిర్వచిస్తున్నది. "ప్రాణ అపానముల యొక్క, వ్యక్తిలోని రేతస్సు, రజస్సులయొక్క, సూర్యచంద్రుల యొక్క, జీవాత్మ పరమాత్మలయొక్క ఐక్యము యోగము. ఆ విధంగా ద్వంద్వ జాలముల సంయోగము యోగము * ప్రాణ అపానములు, ఇడా పింగళల చంద్ర సూర్యక్రియలు, ప్రతి స్త్రీలో, ప్రతి పురుషునిలో ఏక కాలంలో ఉండే స్త్రీ, పురుష ప్రజనన ద్రవాలు- ఈ విరుద్ధ శక్తుల యొక్క ఐక్యం చివరకు మనసును ప్రాణమును ఏకం చేస్తుంది. ఆ ఐక్యం జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యమును సాధిస్తుంది. ఆ ఉపనిషత్ ఇంకా ఇలా చెపుతున్నది.

క్షేత్రజ్ఞః పరమాత్మా చ తయోరైక్యం యదా భవేత్।
తదైక్యే సాధితే బ్రహ్మన్ చిత్తం యాతి విలీనతామ్॥(134)
పవనః స్థైర్యమాయాతి లయయోగదయే సతి॥ (135)

---

* యోఽపాన ప్రాణయోరైక్యం స్వరజోరేత సోస్తథా। స సూర్యచంద్రమసో యోగో జీవాత్మ పరమాత్మనోః॥ ఏవంతు ద్వంద్వ జాలస్య సంయోగో యోగ ఉచ్యతే। 68

జీవాత్మ పరమాత్మలు ఏకమైనప్పుడు మనస్సు నశించిపోతుంది. ప్రాణశక్తి స్థిరత్వాన్ని పొందుతుంది. చైతన్యం సమాధిలో విలీనం కావడంతో, అనగా లయ యోగం జరగడంతో ఇదంతా జరుగుతుంది.

సూర్య కిరణములయొక్క, చంద్ర కిరణములయొక్క స్వభావమును, నాడీమండలంతో, ప్రాణముతో మనస్సుతో వానికిగల సంబంధమును, వాటిని ఏకంచేసే పద్ధతిని దాని ఫలితమును ఇప్పుడు పరిశీలిద్దాం జీవితముపై సూర్యచంద్రుల ప్రభావం మూడు విధములుగాఉంటుంది. గురుత్వాకర్షణ, ఉష్ణము, కాంతి. ఇవి వరుసగా తమోగుణము, రజోగుణము, సత్వగుణములుగా పనిచేస్తాయి. * శరీరంలో అపాన శక్తి ఎటువంటిదో బ్రహ్మాండంలో గురుత్వాకర్షణ శక్తి అటువంటిది. ప్రాణశక్తి కాంతి. సమానము ఆకాశము. వ్యానము వాయువు. ఎందుకంటే, అది భూమండలం అంతటా వర్షములను, శీతోష్ణములను వితరణ చేస్తుంది. ఆకాశము ఉష్ణ, కాంతి, విద్యుత్ తరంగముల ఉత్పత్తికి స్థానము. సూర్యకిరణములు ఉష్ణమును కాంతిని కలిపి తెస్తాయి. చంద్రుడు ఉష్ణము అంతనూ పీల్చుకొని, కాంతిని మాత్రమే ప్రసారం చేస్తాడు. ఉష్ణము స్పర్శనాడులపై పనిచేస్తుంది. దాని ప్రభావం మందగింప జేసేదిగా ఉంటుంది. కాంతి కంటి నాడులపై పనిచేస్తుంది. చూపునకు దోహదం చేస్తుంది. జ్ఞానానికి అంతకూ మూలం అది.

---

* ఆదిత్యోహ వై వాహ్యః ప్రాణ ఉదయత్యేష హ్యేనం చాక్షుషం
ప్రాణమను గృహ్ణానః పృథివ్యాం యాదేవతా సైషా
పురుషస్యాపాన మవిష్టభ్యాన్తరా, యదాకాశః స సమానో
వాయుర్ వ్యానః॥ తేజోహవావ ఉదానః

(ప్రశ్నోపనిషత్—3-8,9)

ఎందుకంటే, అది ప్రత్యక్షంగా మనస్సుపై పనిచేస్తుంది. అందువల్ల కాంతిని మానసిక ఆధ్యాత్మిక దీప్తితో, జ్ఞానముతో, తేజస్సుతో పోల్చుతారు. మరొకప్రక్క ఉష్ణము మనస్సును కల్లోలపరుస్తుంది. మనస్సుకు మాంద్యమును, స్తబ్దతను- సోమరితనమును కలిగించేదిగా ఉంటుంది. కాంతి, ముఖ్యంగా చంద్రకాంతి, మనస్సును ఆహ్లాదపరుస్తుంది. సూర్యకిరణములలోని ఉష్ణమును తనలో ఇముడ్చుకొని కాంతినిమాత్రమే ప్రతిఫలింపజేస్తాడు. ఆ విధంగానే, చిత్తాకాశం ప్రాణశక్తి యొక్క సృజనాత్మకతను గతిశీలతను తనలోనికి పీల్చుకొని, చైతన్యము జ్ఞానము అనే వెలుగును ప్రతిఫలింపజేస్తుంది. మనస్సు సాధారణంగా ఆసృజనాత్మకతను, గతిశీలతను వ్యర్థమైన క్రియాకలాపాలలో వృధాచేస్తుంది. అందువల్లనే, ప్రాణము యొక్క పని సూర్యసంబంధమని, మనస్సు యొక్క పని చంద్రసంబంధమని చెప్తారు. భూగోళంపై గల జీవితం సూర్యచంద్రులచేత ప్రత్యక్షంగా ప్రభావితం అవుతుంది. సూర్యకిరణములు, చంద్రకాంతి వృక్షముల జంతువుల జీవిత వికాసానికి దోహదంచేస్తాయి. భౌతికంగా వాటిప్రభావం ఆటుపోటులలో, వర్షములలో, ఋతువులలో కనపడుతుంది. సూర్యగ్రహణముల సమయములలో వైర్‌లెస్ విద్యుత్ తరంగాలలో తీవ్రమైన కల్లోలం ఏర్పడడం అనుభవంలో ఉన్న విషయం. భూగోళాన్ని ఆవరించి ఉన్న విద్యున్ మండలం సూర్యకిరణముల లోపంవల్ల ప్రభావితం అవుతున్నదని దీనిని బట్టి స్పష్టమవుతున్నది. గ్రహములు, అంతరిక్షంలోని ఇతర గోళములు కొన్ని గురుత్వాకర్షణ శక్తి సూత్రాలకు కట్టుబడి ఉన్నాయి. వాటికి పరస్పర సంబంధం ఉన్నది. అయితే, అవి ప్రసారంచేసే లేదా ప్రతిబింబించే వెలుగువల్ల భూగోళంపైన గల ప్రాణుల జీవితాలు ప్రభావితం కావడం వెనుక ఉన్న సూత్రాల విషయంలో పరిశోధన జరుగవలసి ఉన్నది. అందుకై శాస్త్రవిజ్ఞానంలో మరొక విభాగం అవసరం అవుతున్నది. వర్ణ చికిత్స

(Chromopathy) ఆ విభాగం తలుపు తట్టింది. అయితే అది ఇంకా శైశవదశలోనే ఉన్నది. వర్ణపట శాస్త్రము (Spectrology) మరొక భూమికలో పరిశోధనను చేపట్టింది. వృక్షకోటిని పోషించే జీవరసానికి చంద్రకాంతితో ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉన్నది. వర్షములద్వారా పరోక్షంగా సంబంధం ఉన్నది. దానిని సోమరసం అన్నారు. అనగా చంద్రుని రసం. స్త్రీల ఋతువులకు చంద్రుని కళలకు సంబంధం ఉన్నది. సూర్యకాంతిలోని సప్తవర్ణముల ద్వారా రోగములను నయంచేయడానికి వర్ణ చికిత్స శాస్త్రం కాంతి పరిశోధన జరిపింది. ఆపరిశోధన ఫలితములు నిరుత్సాహకరములుగా లేవు. మానవ జీవితం, జంతు జీవితం, వృక్ష జీవితం అంతా సూర్యకిరణములవల్ల తీవ్రంగా ప్రభావితం అవుతాయి. సూర్యకిరణములు ఆ జీవితములు అన్నింటికీ ఆరోగ్య నిర్మాణ శక్తిని ప్రసాదిస్తున్నాయి. అతి నీలలోహిత (ultra-violet) కాంతి మానసిక రుగ్మతలను, నయం చేస్తుందని ఋజువైంది. సూర్యకిరణములలో వేడిమి, వెలుగు ఉన్నాయి. వేడిమి ఒక నిర్దిష్టమైన ఉష్ణోగ్రత పరిధిలో మాత్రమే జీవితానికి పోషకశక్తిని ఇస్తుంది. ఆ పరిధి దాటితే దాని ప్రభావం మరణానికి దారి తీస్తుంది. అయితే, వెలుగుకు ఈ దుష్ప్రభావం లేదు. సూర్యకిరణములు విషంతోకూడిన ప్రాణమును ప్రసారంచేస్తాయి. చంద్రుడు అమృతాన్ని వర్షిస్తాడు. ఒక పరిమితికి లోబడిన వేడిమితో కూడిన వెలుగు జీవితంయొక్క పెరుగుదలకు, సంవర్ధనకు దోహదం చేస్తుంది. కనుకనే, సూర్యుడు ప్రాణమునుకూడ ప్రసారం చేస్తాడని ఉపనిషత్తులు చెప్తున్నాయి.

సూర్యుడు ప్రాణమునకు మూలమని ప్రశ్నోపనిషత్ చెప్తున్నది. ఉదయించే సూర్యుడు ప్రాణమును అన్ని దిశలకు ప్రసరిస్తాడు. అందువల్ల- ఉత్తరాయణంలోని ఆరు నెలలలో సూర్యుడు మకర రాశి నుండి కర్కాటక రాశిలోనికి ప్రయాణం చేస్తున్న సమయంలో, పగటి

పూట ఉదయనుండి మధ్యాహ్నం వరకు, నెలలోని శుక్లపక్షంలో ప్రాణ శక్తి వృద్ధి పొందుతుంది. సంవత్సరంలోని దక్షిణాయనంలో, పగటి పూట మధ్యాహ్నంనుండి సాయంత్రంవరకు, నెలలోని కృష్ణపక్షంలో ప్రాణశక్తి క్షీణిస్తుంది. "ఆదిత్యో హ వై ప్రాణః" సూర్యుడే ప్రాణము— అని ప్రశ్న ఉపనిషత్ (1-5) చెపుతున్నది.

జంతు దశలో జీవితం చైతన్య భూమికలో సంకల్ప శక్తికి లోబడి, అధఃచేతనలో స్వతంత్రంగాను పని చేస్తుంది. రెండింటికీ మూలం ప్రాణశక్తి. చైతన్యస్థితి సంకల్ప శక్తికి లోబడి పనిచేస్తుంది. మనస్సుతో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. అందువల్ల అది చంద్ర సంబంధి. ప్రాణశక్తియొక్క స్వతంత్ర నిర్వహణకు సంబంధించిన రెండవ స్థితిలో ఐదు విభాగములు ఉన్నాయి- ప్రాణ, సమాన, వ్యాన, ఉదాన, అపానములు. ఈ స్థితి సూర్యసంబంధి. ఈ రెండు స్థితులమధ్య విభజన రేఖను ఖచ్చితంగా నిర్వచించలేము. ఎందుకంటే, సాధనద్వారా స్వతంత్ర మండలమును చాలవరకు సంకల్ప శక్తి క్రిందకు తేగలుగుతాము. కనుకనే- మనస్సు ఆధారంగా ప్రాణము శరీరంలో ప్రవేశిస్తుందని చెప్పబడింది. ఛందోగ్య ఉపనిషత్ ప్రకారం- వ్యక్తి తినేదానితో మనస్సు నిర్మాణం అవుతుంది. వ్యక్తి త్రాగేదానితో ప్రాణం నిర్మాణం అవుతుంది. జంతువులు కూరగాయలను తింటాయి. కూరగాయలకు పోషక పదార్థాలు జీవరసం ద్వారా లభ్యమవుతాయి. ఆ జీవరసాన్ని సంస్కృతంలో సోమరసం అంటారు. ఎందుకంటే, ఆ రసం పోషించే లక్షణాన్ని చంద్ర (సోమ) కిరణములనుండి పొందుతుంది. పౌర్ణమి నాడు వనస్పతుల ఔషధీ శక్తి పెరుగుతుంది. బహుశా వానిలో విటమిన్లు నిర్మాణం అవుతాయి. వ్యక్తి తీసుకునే ఆహారంనుండి మనస్సు బలాన్ని పొందుతుంది. నిర్మాణం అవుతుంది. అందువల్ల మనస్సు చంద్రుని ఉత్పత్తిగా చెప్పబడింది. సూర్య కిరణములు ప్రాణము యొక్క

గతిశీల శక్తితో కూడిన వర్షములను కురిపిస్తాయి. త్రాగిన నీరు ప్రసరణం ద్వారా దానిని కూరగాయలకు, జంతువులకు అందిస్తుంది.

చిత్తాకాశము ప్రాణ శక్తిని రెండుభాగములు చేస్తుంది. ఒక విభాగం జీవదాయిని శక్తి. అది చైతన్యంగా ప్రతిబింబించబడుతుంది. రెండవ విభాగం గతిశీలమైన సృజనాత్మక శక్తి. సృజనాత్మక శక్తిని పోగుచేసి, నిల్వచేసి ఏకాగ్రత ద్వారా వస్తుపరంగా లగ్నం చేస్తే, దానిని బౌద్ధికము అతీతము అయిన భూమికలలో ఉన్నత స్థాయి సృజనాత్మక కృతులకు వినియోగించవచ్చు. దానిని వ్యక్తి పరంగా జీవాత్మ మీద లగ్నం చేసినపుడు అది మొదటి విభాగంతో ఏకం కావడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. అప్పుడు మానసిక శక్తులన్నీ నశించిపోయి, సమాధి స్థితి లభిస్తుంది. ఇది పైన పేర్కొనబడిన ప్రాణము, మనస్సుల ఐక్యము. జీవాత్మ, పరమాత్మల ఐక్యమునకు తొలిమెట్టు ఇది.

ఇడా, పింగళల ఐక్యము :

ప్రాణము, మనస్సు రెంటికీ నాడీమండలం యొక్క పనితో గల సంబంధాన్ని ఇపుడు తెలుసుకొందాం. కుడి సమవేదన నాడీమండలం పింగళ. ఎడమ సమవేదన నాడీమండలం ఇడా. పింగళ సౌరనాడీ మండలం. ఇడా సోమ నాడీమండలం. ప్రాణము సూర్య సంబంధి. మనస్సు చంద్ర-సంబంధి. సంకల్ప శక్తి క్రింద పనిచేసే భౌతిక జీవనము సోమము (చంద్ర సంబంధి). స్వతంత్రంగా పనిచేసే భౌతిక జీవనము సౌరము. సంకల్పశక్తి ఆధిపత్యం వహించినపుడు చంద్రుడు పనిచేస్తున్నాడని చెపుతారు. సంకల్పశక్తి అణగి ఉంటే, అనగా భౌతికజీవనం అంతశ్చేతన ద్వారా పనిచేసే, సూర్యుడు పని చేస్తున్నాడని చెపుతారు.

ప్రాణద నాడులతో (vagie)కలసిన సహవేదన నాడీమండలం స్వతంత్ర మండలం. వెన్నుబాము మండలం చాలవరకు సంకల్ప శక్తికి లోబడి పనిచేస్తుంది. ప్రాణదా మండలంలో రెండు శాఖలు ఉన్నాయి. కుడి ప్రాణదా నాడి, ఎడమ ప్రాణదా నాడి. కుడి ప్రాణదా నాడి మరింత ముఖ్యమైనది. అది క్రింది మెదడునుండి కూపక ప్రాంతమువరకు వ్యాపించి ఉంటుంది. సమవేదన నాడీ మండలమునకు సంబంధించి మధ్యమ నాడీ మండలముగా పనిచేస్తుంది. సమవేదన నాడులు, మధ్యత నాడులు స్వతంత్ర (autonomons) మండలంగా ఏర్పడతాయి.వెన్ను బాములు గల 32 ఎముకలలో ప్రతి ఎముక (vertebra) ద్వారా సమ వేదన నాడులు వెన్నుబాము మండలంతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. కుడి ప్రాణదా నాడి సమవేదన నాడీ మండలంలోని కుడివైపుతో మరిం తగా సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. అందువల్ల దానిపని సౌరము. ఎడమ ప్రాణదా నాడికి అంత ప్రాధాన్యం లేదు. ఎడమ సమవేదన నాడీ మండ లమునకు కుడి ప్రాణదా నాడితో అంత సంబంధం లేదు. అందువల్ల దానికి సంకల్ప శక్తి మండలంతో సంబంధం హెచ్చు. కనుక దాని ప్రభావము సోమము.

కుడి ప్రాణదా నాడియొక్క నాభిమూల జాలకం సూర్య స్థానం. చంద్ర స్థానం ఫాలభాగంలో ఉన్నది. అనగా అనుమస్తిష్కము (pons), దక్షిణ మస్తిష్కముల వద్ద ఉన్నది. జ్ఞానవాహ నాడులన్నీ అక్కడే ఉదయిస్తాయి. రెండు ముక్కు పుటముల పనిని శాసించే భృకుటీ స్థాన జాలకం రెండు వైపులా ఉన్న సమవేదన మండలంనుండి శాఖలను అందుకొంటుంది. వ్యక్తి కుడి ముక్కునుండి శ్వాస పీల్చి నప్పుడు సూర్యుడు క్రియాశీలం అవుతాడు. ఎందుకంటే,మండలంలోని కుడివైపు క్రియాశీలం అవుతుంది. స్వతంత్ర మండలంపై మరింతగా పని చేస్తుంది. అందువల్ల వేడిమిని జనింపజేస్తుంది. ఎడమ ముక్కు

నుండి శ్వాస పీల్చినపుడు చల్లదనం జనిస్తుంది. ఎందుకంటే, కుడి ప్రాణదా నాడి శ్వాసన మండలమును, జీర్ణ మండలమును రెంటినీ నడుపుతుంది. అందువల్ల ఎడమవైపున ఉన్న ఇడా లేక చంద్ర మండలము అమృతంతో నిండి ఉంటుందని కుడివైపున ఉన్న పింగళ లేదా సూర్యమండలము విషంతో కలసి ఉంటుందని భావిస్తారు. అందువల్ల ఒక వ్యక్తి పెక్కు దినములపాటు రాత్రింబవళ్లు కుడి ముక్కుతో మాత్రమే శ్వాశ పీల్చితే, అతడు మృత్యువును ఆహ్వానిస్తాడనీ, ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోతాడనీ చెప్పబడింది. ఎడమ ముక్కుతో నిరంతరంగా శ్వాశ పీల్చితే సూర్యమండలము నుండి అదే జీవశక్తిని కోల్పోయి ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోతాడు. అంతవేగంగా కాకపోయిన శరీరమును ఆరోగ్య స్థితిలో ఉంచాలంటే రెండు ముక్కులనుండి క్రమపద్ధతిలో శ్వాస పీల్చడం అత్యవసరం. రాత్రిపూట సూర్య లేక కుడి ముక్కు ద్వారా, పగటిపూట సోమ లేక ఎడమ ముక్కుద్వారా శ్వాస పీల్చడం వల్ల ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది. ఆయుర్దాయం పెరుగుతుంది. రెండు ముక్కులద్వారా శ్వాస పీల్చడంవల్ల రెండు ప్రభావాలూ సమస్థితిని పొందుతాయి. సూర్య చంద్రులు కలసే సమయంలో (సంధ్యాసమయంలో) అది జరుగుతుంది. ధ్యానమునకు, మనస్సును ఏకాగ్రంగా నిలిపి ఉంచడానికి ఆ సమయం ఉత్తమమైనది. సూర్యచంద్రుల కలయిక సుషుమ్న మార్గమును తెరవడంలో కుండలినికి సాయపడుతుంది కూడా.

వామ మండలం ఇడను శీతలము, ఉత్తేజకరము అయిన గంగా ప్రవాహంతో పోల్చుతారు. తూర్పుముఖంగా నిలచిన వ్యక్తి ఎడమవైపు నుండి ఆ గంగ క్రిందికి ప్రవహిస్తుంది. సహస్రారంలో ఉన్న భగవానుని పాదములనుండి ఆ గంగ ఉద్భవిస్తుంది. అందువల్ల అది యోగికి తన మనస్సును శోధన చేయడంలో సాయపడుతుంది. దక్షిణ

మండలం పింగళను యమునా నదితో పోల్చుతారు. రెండు నదులమధ్య నిలబడి ఉన్న వ్యక్తి ఎడమ చేతిమీదకు యమున ప్రవహిస్తుంది. యమున సూర్యుని కుమార్తెగా పరిగణించబడుతున్నది. కుడి ముక్కుతో శ్వాస పీల్చుతున్నప్పుడు తీసుకొన్న ఆహారం జీర్ణక్రియకు దోహదం చేస్తుంది. ఎడమ ముక్కుతో శ్వాస పీల్చుతున్నప్పుడు తీసుకొన్న ఆహారం జీర్ణక్రియను దెబ్బతీస్తుంది. అది ఆరోగ్యాన్ని భంగపరచే అవకాశం హెచ్చుగా ఉన్నది. వెన్నుబాము కుడివైపున ఎడమవైపున ఉన్న నాడీ తంత్రువులు సుషుమ్నా శీర్షం(medulla oblangata) లో భ్రుకుటీ స్థానజాలకం ఉన్న భ్రూమధ్య స్థానం వెనుక భాగంలో ఒక దాని కొకటి తారసపడతాయి. అందువల్ల ఆ బిందువును ఈ రెండు ప్రవాహముల సంగమంగా పరిగణిస్తారు. వ్యక్తి తన కన్నులను మనస్సును ఈ బిందువు మీద లగ్నంచేస్తే, దానితోపాటు-ప్రాణ శక్తి ప్రవాహమును ఆ బిందువు వద్దకు ఎగువకు తీసుకువెళితే-మనస్సు ప్రాణములు, ఇడా పింగళలు ఐక్యము పొందుతాయి. ఆ విధంగా ఏర్పడిన సోమ సూర్య సమాగం జీవాత్మ పరమాత్మల ఐక్యమును సాధిస్తుంది.

ప్రాణ అపానముల ఐక్యము : ప్రాణాయామము

నాడీ మండలము అంతనూ ఈ విధంగా వర్గీకరించవచ్చు : 1) శ్రవణము, స్పర్శ, దృష్టి, రుచి, వాసనలకు సంబంధించిన జ్ఞానవహ నాడులు. ఈ నాడులు ఆయా ఇంద్రియములు గ్రహించిన వానిని మనస్సుకు అందిస్తాయి. ఆ విధంగా అంతర్ముఖములు. 2) మనస్సు యొక్క సంకల్ప శక్తి అదుపులో పనిచేసే క్రియా వహానాడులు.

మనస్సు ఈ నాడుల మీద పనిచేస్తుంది. అందువల్ల ఇవి బహిర్ముఖములు. ఈ మండలములు రెంటికీ ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉన్నది. 3) సమవేదన నాడీమండలము. 4) మధ్యమ నాడీమండలము. మూడవ, నాల్గవ నాడీమండలములు సాధారణంగా మనస్సుతో సంబంధం కలిగినవి కావు. కనుక వాటిని స్వతంత్ర నాడీ మండలములు అని పిలుస్తారు. సమవేదన మండలం ప్రధానంగా ధాతుక్షీణ క్రియకు సంబంధించినది. ఈ నాడుల పని విసర్జన. ఇవి అంతర్ముఖములు. మధ్యమ నాడీమండలము ధాతు నిర్మాణ క్రియకు సంబంధించినది. ఈ నాడుల పని నిర్మాణాత్మకము. ఇవి బహిర్ముఖములు, ఈ మండలములు రెండూ కోష్టాంగములతోను, రక్తవహ స్రోతస్సులతోను సమవేదన కలిగి పనిచేస్తాయి. ఈ మండలములు అన్నింటినీ ప్రాణ శక్తి నడిపిస్తుంది. ఆ ప్రాణశక్తి తన పనులనుబట్టి వేర్వేరు పేర్లతో పిలువబడుతుంది. ప్రాణము శ్వాసనేంద్రియ మండలమును పని చేయిస్తుంది. సుషుమ్నా శీర్షంలో కూడ పనిచేస్తుంది. అపానము విసర్జన మండలమును పని చేయిస్తుంది. శ్వాసనేంద్రియ మండలంలో కూడ శ్వాస వదలడం ప్రాణముయొక్క పని. శ్వాస పీల్చడం అపానముయొక్క పని. నిర్మాణము వ్యానము యొక్క పని అది. శరీరం అంతటిలో రక్త ప్రసరణం జరుపుతుంది. ఈ నాడీ తన్తువులు బహిర్ముఖములు. ఉదానముయొక్క పని వేగవంతము చేయుట, క్షీణింప జేయుట. ఇది అంతర్ముఖనాడీ తన్తువుల ద్వారా పని చేస్తుంది. సమానము జీర్ణావయవమండలమును పని చేయిస్తుంది. ఇది బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువుల ద్వారాను, అంతర్ముఖనాడీ తన్తువులద్వారాను పని చేస్తుంది.

యోగి ప్రాణాయామము (ప్రాణశక్తిపై అదుపు) ను సాధన చేయడంద్వారా తన స్వతంత్ర మండలముపై అదుపును సంపాదించ గలుగుతాడు. ప్రాణాయామము అనగా ప్రాణమును అపానముతో ఏకం చేసే కళ. ప్రాణశక్తి ప్రవాహములను కూపక ప్రాంతమునకు దిగువకు పంపి అక్కడ దానిని అపానముతో ఏకం చేయడం ద్వారా కాని, శ్వాస క్రియ వేగాన్ని తగ్గించి తద్వారా శ్వాస వదలేటట్లు చేసే ప్రాణమును శ్వాస పీల్చేటట్లు చేసే అపానముతో ఏకం చేయడానికి ప్రయత్నించడం ద్వారా కాని ఆ పని చేయవచ్చు.

శ్రీకృష్ణభగవానుడు భగవద్గీత నాల్గవ అధ్యాయం 29, 30 శ్లోకములలో మూడు విధములైన ప్రాణ యజ్ఞములను వర్ణించాడు.

1. ప్రాణము అనే యజ్ఞాగ్నిలో అపానమును ఆహుతి చేయడం ద్వారా, ఊపిరి తిత్తులను గాలితో నింపి, జాలంధర బంధము ద్వారా అపాన ప్రవాహమును కూపక ప్రాంతమునకు దిగువకు పంపడంద్వారా ఇది జరుగుతుంది. మూలబంధ సాధనద్వారా అపానమును స్థిరంగా చేసినపుడు ప్రాణ అపానములు ఏకం అవుతాయి. ఉడ్డియాన బంధంద్వారా నెమ్మదిగా శ్వాస వదలుతూ ఊపిరితిత్తులను ఖాళీ చేస్తూ, అదే సమయంలో ఆ ప్రవాహమును వెన్నుబాము ఎగువకు పంపుతారు. గొంతును కుంచింపజేసి పీల్చిన గాలిని ఊపిరి తిత్తులలోనికి పంపడం జాలంధర బంధం. గుదమును కుంచింపజేయడం ద్వారా మూలబంధం జరుగుతుంది. పీల్చిన గాలిని ఊపిరితిత్తులు వదులుతున్నప్పుడు కడుపును నెమ్మదిగా క్రమంగా లోనికి లాగికొనడం ఉడ్డియాన బంధం.

2. రెండవ విధమైన ప్రాణ యజ్ఞంలో శ్వాసను క్రమంగా తగ్గించి నిలిపివేస్తారు. ఆ విధంగా వదిలే ప్రాణమును పీల్చే అపానము యొక్క అగ్నిలో ఆహుతి చేస్తారు.

3. మూడవ విధమైన ప్రాణ యజ్ఞంలో— శాంభవీ, ఖేచరీ ముద్రలద్వారా ప్రాణమును ప్రాణాగ్నిలోనికే ఆహుతి చేస్తారు. ప్రాణ ప్రవాహములను సుషుమ్నా శీర్ష స్థానము వద్దకు పైకి వెళ్ళేటట్లు, చివ రకు సహస్రారంలో లీనమయేటట్లు చేస్తారు.

ప్రాణాయామం అనగా— స్వతంత్ర మండలమును నడిపించే ప్రాణశక్తిని అదుపు చేయడం. శ్వాస నియంత్రణ ప్రక్రియలు ఆ లక్ష్య సాధనకు మార్గములు మాత్రమే. శ్వాస పైన పూర్తి అదుపును సాధించి నప్పుడు, వివిధ ప్రవాహములను ఏ విధంగా కోరితే ఆ విధంగా ప్రవ హించేటట్లు చేయగలుగుతాము. వెన్నుబాము ఎగువకు వెళ్ళేటట్లు చేయ గలుగుతాము.

కుడి ప్రాణదా నాడి సుషుమ్నా శీర్షంలో బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువు లతో కూడి ఉంటుంది. అందువల్ల అది అక్కడ పూర్తిగా ప్రాణ స్థానం. మధ్య భాగంలో పుర్రె క్రింది భాగం దిగువన మెడ రొమ్ము ప్రాంతములలో అది అంతర్ముఖ బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువులు రెంటితో కూడి ఉంటుంది. అందువల్ల అది అక్కడ ప్రాణ అపానములు రెండిం టికీ స్థానము. దాని దిగువన అది నాభిమూల జానకమును కలిసే చోట దానిలో అంతర్ముఖ బహిర్ముఖ నాడీ తన్తువులు రెండూ కూడి ఉంటాయి. అది సమాన స్థానం. దాని దిగువన అది ఆమాశయ కూపక

జాలకములతో కలిసేచోట దానిలో అంతర్ముఖ నాడీ తన్తువులు మాత్రమే ఉంటాయి. అది అపాన స్థానం. స్వతంత్ర నాడీ మండలమును అదుపు చేయడం ద్వారా సమాన ఉదానములపై అదుపు సంపాదించవచ్చు. వాటిని అదుపు చేయడంద్వారా యోగికి కొన్ని అతీత శక్తులు లభిస్తాయి. పాతంజల యోగదర్శనం మూడవ అధ్యాయంలోని 39, 40 సూత్రములను పరిశీలించండి. ఉదానమును అదుపు చేయడంద్వారా యోగికి ఊటి ప్రదేశాలలో, కంటకావృతమైన స్థలాలలో నడిచే శక్తి లభిస్తుంది. సమానమును అదుపు చేయడంద్వారా యోగి తన శరీరమును ఎంత వేడిగా అయినా చేయగలుగుతాడు.

సంకల్ప సంబంధమైన క్రియావహ నాడులపై పనిచేసే కొన్ని ప్రక్రియలను సాధన చేయడంద్వారా నాడీ మండలంపై అదుపు లభిస్తుంది. హఠ యోగంలో ఆ ప్రక్రియలు పేర్కొనబడి ఉన్నాయి.

రజస్సు, శుక్లముల ఐక్యము వెనుకటి అధ్యాయములలో ఒకదానిలో వివరించబడింది.

—0—

# స్వతంత్ర నాడీ మండలం

## వివిధ జాలకములు

Grey Rami to C.I - గ్రీవ శృంగము-1
Superior cervical ganglion - ఉత్తర అనుగ్రీవిక గన్డువు
Middle cervical ganglion - మధ్య అనుగ్రీవిక గన్డువు
Anterior primary Ramus T-1 - పూర్వ ప్రాథమిక శృంగము ఉరస్సు-1
Inferior cervical genglion - అధో అనుగ్రీవిక గన్డువు
Right vagus nerve - దక్షిణ ప్రాణదా నాడి
Cardiac branches - హృదయ శాఖలు
Deep cardiac pluxus - అభ్యంతర హృదయ జాలకము



Right posterior pulmonary pluxus - దక్షిణ పూర్వ పుప్పుస జాలకము



Oesophageal pluxus - అన్నవహ స్రోతో జాలకము (హస్తి నుండి)
Coronary pluxus - హృదయ జాలకము
Gastric pluxus - కుక్షి జాలకము



Posterior vagal trunk - పశ్చిమ ప్రాణదానాడి వ్యవస్థా భాగము
Anterior vagal trunk - పూర్వ ప్రాణదానాడీ వ్యవస్థా భాగము
Anterior primary ramus L-1 - పూర్వ ప్రాథమిక శృంగము-కటి-1

Anterior primary ramus S-I - పూర్వ ప్రాథమిక శృంగము-త్రిక -1

Coeliac pluxus - కౌక్ష జాలకము

Superior messenteric pluxus - ఉత్త రాంత్రిక జాలకము

Inferior messenteric pluxus - అధో ఆంత్రిక జాలకము

Right pelvic pluxes - కూపకపు కుడి జాలకము

Pelvic splanchnic nerve - కూపకస్థ కోష్ఠాంగికా తంత్రి

Superior hypogastric pluxus - ఉత్తర అధిబస్త్రిక జాలము

Coccygeal nerve - గుద నాడి

Vesaical and prostatic pluxus - వస్తి, పౌరుష గ్రంధి జాలకము

## స్వతంత్ర నాడీ మండలలం

Mid brain - మస్తిష్క మధ్యభాగము

Medulla - వెన్నుబాము

Ciliary ganglion - రోమన్ గడ్డువు

Sphenopalatine ganglion - స్ఫైన తాలవ్య గడ్డువు

Sub maxillary ganglion - హన్వధర గడ్డువు

Carotid artery and pluxus - తలకు రక్తము అందజేయు ధమని, జాలకము

Vegus nerve - ప్రాణదా నాడి

Superior cervical ganglion - ఉత్తర అనుగ్రీవిక గడ్డువు

Middle cervical ganglion - మధ్య అనుగ్రీవిక గడ్డువు

Inferior cervical ganglion - అధో అనుగ్రీవిక గన్డువు
Celiac ganglion - అర్ధ చంద్ర గన్డువు
Greater spleanchnic nerve - బృహత్ కోష్టాంగికా నాడి
Smaller splanchnic nerve - లఘు కోష్టాంగిక నాడి
Superior mesentric ganglion - ఉత్తరాంత్రిక గన్డువు
Inferior mesenric ganglion - అధో ఆంత్రిక గన్డువు
Sympathetic chain - సమవేదన నాడీగ్రంధి శృంఖలము
Pelvic nerve - కూపక నాడి
Eye - కన్ను
Lacrimal gland - కన్నీటి గ్రంధి
Sub maxillary gland - హన్వధరీయా గ్రంధి
Sub lingual gland - జిహ్వాధరీయా గ్రంధి
Parotid gland - కర్ణమూల గ్రంధి
Otic ganglion - శ్రవణ గన్డువు
Heart - హృదయము (గుండె)
Laryux, trachea&branchi - స్వరపేటిక, శ్వాసనాళము, శ్వాసకోశము
Stomach - ఆమాశయము/అన్నకోశము
Small intestine - చిన్నప్రేగు
Abdominal blood vesels - ఉదరసంబంధమైన రక్తవాహికలు

| | |
|---|---|
| Liver | - యకృత్ (కాలేయము) |
| Gall bladder, | - పిత్తాశయము, |
| Pancreas | - అగ్న్యాశయము |
| Adrenal medulla | - అధివృక్క |
| Color | - స్థూలంతరము (పురుషాంత రము |
| Rectum | - ఉత్తర గుదము (పురీషనాళము) |
| Kidney | - వృక్కము (మూత్రపిండము) |
| Bladder | - మూత్రాశయము |
| Sex organs | - జననాంగములు |
| External genitalia | - జననేంద్రియములు |

—0—

# ఎనిమిదవ అధ్యాయము

## (ప్రాణ తత్వం - 2)

## తదనంతర ప్రతిపత్తి

'ప్రాణ' శబ్దం వేదములలోనుండి వచ్చినది. భౌతిక భూమికలో దానికి జీవము అనే అర్థం ఏర్పడింది. వాస్తవానికి జడము, చేతనము అయిన సృష్టి అంతనూ పరిణామం చెందించిన మూలతత్వం అది. లేదా- ప్రాణతత్వం సృజనాత్మక ప్రక్రియలో తనను తాను అంతర్నిహితం చేసుకొని, సృష్టిలోని వివిధ భూమికలలో వివిధనామ రూపములను ధరించింది. ప్రశ్న ఉపనిషత్ ఆరవప్రశ్నకు అనువాదం ఇది :

తరువాత భారద్వాజ గోత్రుడైన సుకేశుడు ఆయనను (పిప్పలాద మహర్షిని) ఇలా అడిగాడు: "భగవన్, కోసలరాజ పుత్రుడు హిరణ్యగర్భుడు నాదగ్గరికివచ్చి ఈ ప్రశ్నవేశాడు. "భారద్వాజా, నీకు పదహారు కళల పురుషుడు తెలుసా?" నేనిలా బదులు చెప్పాను "నాకు తెలియదు. తెలిస్తే దానిని నీకెందుకు చెప్పను? అబద్ధం చెప్పినవాడు సమూలంగా నశిస్తాడు కదా. కనుక అబద్ధం చెప్పడం నాకు తగదు." అతడు మౌనంగా రథం ఎక్కి వెళ్ళిపోయాడు. అందుచేత నిన్ను అడుగుతున్నాను. ఆ పురుషుడు ఎక్కడ?" అతనికి పిప్పలాద మహర్షి ఇలా చెప్పాడు. "స్నేహితుడా, ఇక్కడే ఈ శరీరంలో పదహారు కళలు గల ఆ పురుషుడు ఉన్నాడు. ఆ పురుషుడు ఇలా ఆలోచించాడు- ఈ శరీరంలో నుండి ఎవరు పోవడంచేత నేను కూడా పోగలను? ఎవరు ఉండడం చేత నేనుకూడా ఈ శరీరంలో స్థిరపడి ఉండగలను? అతడు ప్రాణమును సృష్టించాడు. ప్రాణమునుండి శ్రద్ధ, ఆకాశం, వాయువు,

అగ్ని, జలము, భూమి, ఇంద్రియాలు, మనస్సు, ఆహారము కలిగాయి. ఆహారము నుండి పటుత్వము, తపస్సు, వేదములు, యజ్ఞములు, లోకములు వచ్చాయి. లోకములలో పేర్లుకూడ వచ్చాయి. సముద్రమేగమ్యంగా కలిగి ప్రవహించే నదులు సముద్రాన్నిచేరి అందులో కలిసిపోతాయి. ఇక వాటి పేర్లూ, రూపాలూ మాయమై- జనులు సముద్రం అనిమాత్రమే వ్యవహరిస్తారు. అలాకే, ద్రష్ట అయిన పురుషుడియొక్క ఈ పదహారు కళలుకూడా అతడు గమ్యంగా ఉంటూ, అతనిని చేరగానే అదృశ్యమవుతాయి. వాని నామరూపాలు నశించగా, జనులు పురుషుని గురించి మాత్రమే చెపుతారు. అప్పుడు పురుషుడు కళలు లేనివాడై, అమరుడు అవుతాడు.

సృష్టికి మూలతత్వం అయిన ప్రాణతత్వం భగవానుని నుండి బహిర్గతం అవుతుందనీ, భౌతికభూమికలోను, మనస్తత్వ భూమికలోనూ రెంటిలో అంతర్నిహితం అయ్యేది ప్రాణతత్వమేనని పై సంవాదంలో చూపబడింది. ప్రాణతత్వం సృష్టికి మూలకారణం. మనస్తత్వ భూమికనూ, భౌతిక భూమికనూ జోడించేది కూడ ప్రాణ తత్వమే. సూక్ష్మశరీరము, భౌతిక శరీరము ప్రాణతత్వంచేత జోడింపబడతాయి. మరణ సమయంలో ప్రాణము శరీరాన్ని వదలినప్పుడు జీవాత్మకూడ దానితో వెలికివస్తుంది. ప్రాణము కొత్త శరీరంలో ప్రవేశించినప్పుడు ఆ జీవాత్మ పునర్జన్మ కొరకు దానిలో ప్రవేశిస్తుంది. మూలకారణముగా ఉన్న ప్రాణతత్వమును మహత్ అని పిలుస్తారు. అది సర్వవ్యాపకము. వ్యక్తులలో అది ప్రాణకోశమును ఏర్పరుస్తుంది. భౌతిక భూమికలో ప్రాణతత్వం బహుశా నీహారిక (Nebulos) ద్రవ్యం రూపం ధరించి చివరకు పరివర్తన పొంది, నక్షత్రములు, గ్రహముల రూపం ధరిస్తుంది. మనోమయ కోశమునకు బాహ్య ఆచ్ఛాదనం అయిన సూక్ష్మరసం, నీహారికా ద్రవము వివిధ స్థాయిలలో ఉన్న ఒకే పదార్థం. అన్న

మయ కోశమును, మనోమయ కోశమును ప్రాణమయ కోశము జోడిస్తుంది. ఈ కోశములు జీవాత్మను కోశములుగా, ఒరలుగా పనిచేస్తాయి. సూక్ష్మరసము భౌతిక భూమిక ఎగువనుండి ఏడు దశలలో మరింత సూక్ష్మరూపమును పొందుతుంది. ప్రాణతత్త్వము మానవ శరీరములో ఏడు చక్రములుగా, భూలోకములో ఏడు ద్వీపములుగా, బ్రహ్మాండములో ఏడు లోకములుగా రూపుదిద్దుకొంటుంది. సృష్టిలో బ్రహ్మాండములు అసంఖ్యాకములుగా ఉన్నాయి. ఒక్కొక్క బ్రహ్మాండంలో ఒక నక్షత్ర కుటుంబం ఉంటుంది. ప్రతి నక్షత్రము తన సౌరకుటుంబానికి సౌర కేంద్రంగా ఉంటుంది. బ్రహ్మాండము అనగా సృష్టికర్త యొక్క అండము.

మానవులలోని ఏడు చక్రములు క్రింది నుంచి పైకి : మూలాధారము, స్వాధిష్ఠానము, మణిపూరము, అనాహతము, విశుద్ధము, ఆజ్ఞా చక్రము, ఏడవది సహస్రారము. మెదడులో ఉండే సహస్ర దళ పద్మము. భూలోకములోని ఏడు ద్వీపములు: జంబూ ద్వీపము, శాక ద్వీపము, కుశద్వీపము, క్రౌంచ ద్వీపము, శాల్మలీ ద్వీపము, ప్లక్ష ద్వీపము, పుష్కరద్వీపము, ఆసియా, యూరప్, ఆఫ్రికా, అమెరికా ఖండములు, వానిచుట్టూ ఉన్న సముద్రాలు కలిపి జంబూద్వీపం. మిగిలిన ఆరూ సూక్ష్మ ద్వీపములు. వానిలో పైనఉన్న ద్వీపములు క్రింద ఉన్న ద్వీపములను ఆవరించి ఉంటాయి. ప్రతి బాహ్యద్వీపము దాని క్రింది ద్వీపమును ఆవరించి ఉంటుంది. వైశాల్యంలో రెట్టింపు ఉంటుందని చెపుతారు. ఆ ద్వీపములలోని ఖండములచుట్టూ ఉన్న జలములు వరుసగా చెరకురసం, ద్రాక్షరసం, నేయి, పెరుగు, పాలు రుచులు కలిగి ఉంటాయి. ఈ సూక్ష్మద్వీపములు భౌతికదృష్టికి కనపడవు. అవి సూర్య కిరణములకు పారదర్శకములు.

జంబూ ద్వీపమును ఏడు వర్షములుగా విభజించారు ప్రాచీనులు. నిషధ, హేమకూట, హిమాలయపర్వతములకు ఉత్తరాన రమ్యక, హిరణ్యక, ఉత్తరకురు వర్షములు ఉన్నాయి. పడమరనుండి తూర్పు వరకు ఉన్నాయి. ప్రస్తుత యూరప్, మధ్యఆసియా, చైనా, సైబీరియాలో కొంతభాగం పై ద్వీపములుగా ఉండి ఉండవచ్చు. ఆ ద్వీపములకు దక్షిణాన హరివర్షం, కింపురుష వర్షం, భరతవర్షం ఉన్నాయి. ప్రస్తుత ఆఫ్రికా, మధ్యప్రాచ్య, దూరప్రాచ్యములు, ఇండియా వరుసగా పై ద్వీపములుగా ఉండి ఉండివచ్చు. ఇవి ప్రాచ్య అర్ధగోళం లోనివి. ఇలావృత వర్షం పశ్చిమ అర్ధగోళం లోనిది. ప్రస్తుత అమెరికా ఖండము. భూగోళంయొక్క కక్ష్యను సుమేరు అని పిలచారు. యోగ దర్శనంపై వ్యాసుని భాష్యం ప్రకారం * పై వర్ణన ఇవ్వబడింది.

ఏడు లోకములు: భూలోకము, భువర్లోకము, సువర్లోకము లేక స్వర్గలోకము, మహర్లోకము, జనలోకము, తపోలోకము, సత్యలోకము. సప్త ద్వీపములతో కూడినది భూలోకము. ఆకాశము, సూర్యునితో సహా నక్షత్రములు ఉన్న లోకము భువర్లోకము లేదా అంతరిక్షలోకము. మిగిలిన ఐదులోకములు భువర్లోకముపై ఒకదానిపై ఒకటి ఆవరించి ఉన్న ఉన్నత సూక్ష్మలోకములు.సత్యలోకము అత్యున్నతమైన బ్రహ్మలోకము. పతంజలి యోగదర్శనంపై వ్యాసభాష్యం 3-26 సూత్రములలో + మరింత సమగ్రమైన వర్ణనఉన్నది. ఆధ్యాత్మిక శక్తి కలిగిన వ్యక్తుల లింగశరీరములు మరణం తర్వాత ఈలోకములలో ప్రవేశిస్తాయి. తమ తమ లింగశరీరముల సూక్ష్మత్వస్థాయిని బట్టి వారు ఆయా లోకములకు వెళతారు.

---

* సూత్రముపై భాష్యము

\+ భువన జ్ఞానం సూర్యే సంయమాత్। (3-26)

సూక్ష్మశరీరం మానసిక శరీరాన్ని, భౌతిక శరీరాన్ని జోడిస్తుంది. వ్యక్తియొక్క సంకల్పం సూక్ష్మ శరీరం యొక్క చలనములకు చోదన శక్తిగా పనిచేస్తుంది. భౌతిక, శారీరిక పరిధులలో జీవించాలనీ, సుఖాలు అనుభవించాలనీ గట్టి కోరిక కలిగిన వ్యక్తి సూక్ష్మ శరీరాన్ని భౌతిక భూమికవైపు పయనింపజేస్తాడు. సూక్ష్మ శరీరాన్ని సూక్ష్మ లోకాలలో దేనివైపు అయినా పయనింపజేయవచ్చు. అందుకై అలాంటి సంకల్పాన్ని పెంపొందించుకోవాలి. సూక్ష్మశరీరానికితగినంత సూక్ష్మత్వమును సంపాదించాలి. మరణ సమయంలో సూక్ష్మశరీరం భౌతిక శరీరం నుండి విడివడినప్పుడు; లేదా యోగ సాధనద్వారా జీవితంలోనే- ఆ సంకల్పం సిద్ధిస్తుంది. అసత్యభాషణము, దుష్టవాంఛలు, క్రోధము, ఇంద్రియసుఖాలపట్ల వ్యామోహం, దారేషణ, పుత్రేషణ, ధనేషణ, ఇతర ప్రాపంచిక సంపత్తిపట్ల లాలస సూక్ష్మశరీరాన్ని భౌతిక భూమికవైపు ఆకర్షిస్తాయి. దుష్కర్మలు,క్రోధం,మోహంవంటివిసూక్ష్మశరీరాన్ని విచ్ఛిన్నంచేస్తాయి. దానికి గుదిబండగా పనిచేస్తాయి. మరోప్రక్క- మహానిశ్చలత, శాంతి, ప్రేమ, దానధర్మములు, ఔదార్యంతో కూడిన సత్కర్మలు సూక్ష్మశరీరంయొక్క సూక్ష్మతను పెంచుతాయి. ధ్యానం ద్వారా, వాంఛారాహిత్యం ద్వారా సూక్ష్మ శరీరాన్ని అత్యంత సూక్ష స్థితికి కొనిపోవచ్చు. వ్యక్తి తన ప్రాణమును వెన్నెముక ద్వారా (సుషుమ్న యొక్క వివిధ చక్రముల ద్వారా) మెదడు వద్ద పైకి కొనిపోయినప్పుడు- సూక్ష్మ శరీరం ఒక్కొక్క చక్రంవల్ల పొందిన సూక్ష్మత్వ స్థాయిని బట్టి ఆ వ్యక్తి మరణం తర్వాత అయా సూక్ష్మ లోకములకు పయనించడానికి అర్హుడు అవుతాడు. వ్యక్తి తన మానసిక శరీరాన్ని భౌతిక శరీరం నుండి వేరు చేయగలిగితే- అతడు జీవిత కాలంలోనే ఆయా లోకములను దర్శించి తిరిగి భౌతిక శరీరంలోనికి చేరుకోగలుగుతాడు. ప్రాణము అత్యున్నత

దశకు పరిణామం చెందినపుడు, అది ప్రాణ తత్వంలో, ఆ తర్వాత బ్రహ్మ పదార్థంలో లీనమవుతుంది.

సూక్ష్మ శరీరమును పాపకర్మల ద్వారా మలినపరచితే, నల్లపర చితే- అది దయ్యములు, ప్రేతములు, రాక్షసులు, చివరకు జంతువులు మున్నగు అధో భూమికలకు గిదిపోతుంది. చీకట్లు క్రమ్మిన సూక్ష్మశరీరములు నరకలోకములకు దిగిపోతాయి. నరకలోకములు చీకటితో ఆవరింపబడి ఉంటాయి. నేల, నీరు, నిప్పు, గాలి, ఆకాశములలో ఒక్కొక్క దానితో ఒక్కొక్క అధోలోకం (నరకం) నిర్మాణం అవుతుంది. వృక్షములు, జలచరములు, భూగర్భంలోని వేడిమిలో ఉండే జీవులు, జంతువులు, పక్షులు- వీనిలో ఉండే లోకములే బహుశ ఆ అధోలోకములు. అధోలోకములు చీకటిలో కొట్టుమిట్టాడుతూ ఉంటాయి. ఎందుకంటే, వానిలో చైతన్యం, బుద్ధి, జ్ఞానేంద్రియముల వెలుగుఉండదు. మానవ దశలో సైతం స్వభావతః జంతువుల కన్న ఏమాత్రం ఉన్నతులు కాని వారు ఉన్నారు. వారు నరపశువులు. జీవితకాలమంతా దుఃఖాలు అనుభవించేవారు మానవ జీవితంలోనే నరకం అనుభవిస్తున్నారని చెప్పవచ్చు.

కోరికలు తీరని సత్పురుషులు మరణం తర్వాత చంద్రమండలం ద్వారా స్వర్గలోకానికి వెళతారని చెపుతారు. భౌతిక సుఖాలయొక్క, స్వర్గసుఖాల యొక్క కోరికలు అన్నింటినుంచి విముక్తి పొందినవారు సూర్యమండలం ద్వారా మహర్లోకమునకు, తమ తమ పరిణామ దశను బట్టి మరింత ఉన్నతమైన లోకాలకు వెళ్ళతారు. ఈ మండలాలు రెండింటి ద్వారా పైకి వెళ్ళజాలనివారు సరాసరి ఈ లోకంలో జన్మ ఎత్తుతారు.

భగవద్గీతలోని 8-26 శ్లోకంలో ప్రస్తావించిన ఉత్తరాయణ, దక్షిణాయన గతుల విషయం కూడ తెలుసుకోవడం మంచిది. ఉత్తరాయణ కాలంలో సూర్యుడు ఉత్తరదిశగా పయనిస్తాడు. ఆ ఉత్తరాయణ కాలంలో చనిపోవడం యోగులకు ఇష్టం. వారు దక్షిణాయనంలో చని

పోతే, వారి సూక్ష్మశరీరాలు ఊర్ధ్వలోకాలకు పయనించే అవకాశం ఉండదు. కారణం ఏమంటే- సూర్యుడు ప్రాణశక్తిని ప్రసరింపజేస్తాడు. ఉత్తరార్ధగోళంలో- సూర్యుడు ఉత్తరదిశగా పయనించే కాలదీ, పగటి సమయం పెరిగి ప్రాణ శక్తి పెరుగుతుంది. పోటులోఉంటుంది. దక్షిణా యనంలో పగటి సమయం తగ్గడంతో, ప్రాణ శక్తి తగ్గుతుంది. ఆటులో ఉంటుంది. అందువల్ల, ప్రాణం భౌతిక శరీరాన్ని వదలినప్పుడు, ఉత్త రాయణ కాలంలో ఉన్నత లోకాలకు పయనించడంలో ప్రాణశక్తి పెరుగుదలవల్ల సూక్ష్మ శరీరానికి ఊపు వస్తుంది. దక్షిణాయనంలో పయనం మందగిస్తుంది. ఎందుకంటే, ప్రాణ తత్వంయొక్క ఆటు పోటులు ఆ వేగాన్ని తగ్గించడం, పెంచడం చేస్తాయి. యోగులు కాని సత్పురుషులు, పుణ్యాత్ములు కూడ పైకి పయనించే ప్రయత్నం చేస్తారు. అయితే, వారు సూర్యమండలం వరకు వెళ్ళలేరు. చంద్రమండలం వద్ద ఆగిపోతారు.

సూర్యగ్రహణం, చంద్రగ్రహణంకూడ ఆ కారణంవల్లనే మన సూక్ష్మశరీరాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. గ్రహణ సమయంలో సూక్ష్మ రసమునకు సహజంగా అందే పోషణ ఆగిపోయింది. ఫలితంగా సూక్ష్మ రసముయొక్క రూపం దిగజారిపోతుంది. ఆ తరుగుదలలు భర్తీ చేయ డానికై దైవధ్యానం, ప్రాణశక్తికి మూలాధారం అయిన తన జీవాత్మ పై మనస్సును కేంద్రీకరించడం నిర్దేశితం అయినాయి. అందువల్లనే గ్రహణానికి ముందు నదిలోనో, చెరువులోనో స్నానం చేయడం, గ్రహణం విడిచే వరకు ఏకాంతంగా ధ్యానంలో కూర్చొనడం హిందువు లకు ఆచారములు అయినాయి. మానసిక ఆనందంకూడ సూక్ష్మశరీరానికి సాయపడుతుంది. అందువల్ల గ్రహణ సమయంలో పేదలకు, దీనులకు దానం చేయాలనే నియమం విధించారు. దానం ఇచ్చేవ్యక్తికీ, పుచ్చు కునే వ్యక్తికీ ఆనందం ఆహ్లాదం కలిగిస్తుంది కనుక.

సూక్ష్మరసం అత్యంత సూక్ష్మమైన స్థితిలో నక్షత్రాలవలె ప్రకాశిస్తుంది. అందువల్ల దానిని 'ఆస్ట్రిల్ ఫ్లూయిడ్' (ఖగోళ రసము) అని పిలిచారు. అయితే, దుష్ట కర్మలవల్ల దుష్టవాంఛలవల్ల అది నల్లబడుతుంది. మలిన మవుతుంది. దాని ప్రకాశం లోపిస్తుంది. అది మొద్దుబారుతుంది. దానికి అధోభూమికలకు క్రుంగిపోయే లక్షణం ఏర్పడుతుంది.

అందువల్లనే శివుడు చంద్రునివలె ప్రకాశిస్తాడని వర్ణిస్తారు. ద్యయములు, పిశాచములు కారునలుపుగా ఉంటాయని వర్ణిస్తారు.

అందువల్ల మనం మహాకవి డాక్టర్ రవీంద్రనాథ్ టాగూర్‌తో కలసి ఆయన రచించిన ఈ అందమైన పాట పాడుకుందాం :

ఓ నా అంతరంగమా, నా అంతరాత్మా నీవు వికసించు
దానిని శుద్ధిపరచు, మెరుగుపెట్టు, అందంగా తీర్చిదిద్దు
నీ చరణ కమలములపై నా మనస్సును స్థిరపరచు
దానిని ఆనందమయం ఒనరించు.

—0—

# తొమ్మిదవ అధ్యాయము

## ప్రాణ తత్వం - 3

## శక్తి పాతం

ప్రాణతత్వం భౌతిక భూమికలో అతి సూక్ష్మరూపంలో ఉన్న శక్తి. భౌతిక శక్తివలె కాక, అది జీవశక్తి. మానవ శరీరంతో సంబంధం లేకుండా- నిర్జీవమైన యంత్రములు దానిని సృష్టించజాలవు. జంతు ప్రపంచంలోని జీవ నిర్మాణాన్ని సక్రమంగా పనిచేసే స్థితిలో ఉంచే బోధన శక్తి అది. అది శరీరాన్ని మాత్రమే కాక, మనస్సును బుద్ధిని కూడ నడిపిస్తుంది. జీవముగా తన అస్తిత్వమును అభివ్యక్తం చేస్తుంది. నాడీ మండలం అనే తీగల నిర్మాణం ద్వారా అది విద్యుచ్ఛక్తి వలె ప్రవహిస్తుంది. రక్త మాంసములతో కూడిన స్థూల శరీరమును మనస్సు యొక్క బుద్ధియొక్క, సూక్ష్మ శక్తులతో జోడించే తత్వం అది. సంస్కృతంలో ఆ తత్వమును ప్రాణము అంటారు. ఆ ప్రాణ శక్తితో పనిచేసే నాడీ మండలాన్ని ప్రాణమయ కోశము అంటారు. జీవిని ప్రాణి అంటారు. శరీరం యొక్క, మనస్సు యొక్క, బుద్ధి యొక్క క్రియలు అన్నీ తమ నిర్వహణకై ప్రాణ శక్తిమీద ఆధారపడి ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ శక్తిపై అదుపు సంపాదించడం ద్వారా వ్యక్తి తన ఇష్టం ప్రకారం తన మనస్సు యొక్క, శరీరము యొక్క గమనములను అదుపు చేయగలుగుతాడు. అప్పుడు అతడు తన మనస్సు యొక్క క్రియా కలాపమును, శరీరము యొక్క క్రియా కలాపమును తలచుకున్నపుడు నిలిపివేయ గలుగుతాడు. ఆ విధంగా తన మనస్సును, శ్వాసను పూర్తిగా అదుపు చేయగలుగుతాడు.

మామూలు వ్యక్తులలో ప్రాణము వెలుపలికి ప్రవహిస్తుంది. అందువల్ల అది మనస్సును జ్ఞానేంద్రియములతో జోడిస్తుంది. మనస్సును ఎల్లవేళలా వెలుపలికి ప్రవహించేటట్లు చేస్తుంది. అయితే, వెన్నెముక ద్వారా పైకి మెదడుకు పంపబడినప్పుడు- అది మనస్సును మెదడులోని నాడీ కేంద్రముల నుండి విడివడ జేస్తుంది. మనస్సు క్రమంగా ఏకాగ్రత యొక్క వివిధ దశల ద్వారా పైకి ఎగసి, చివరకు సమాధి స్థితిలో తనను తాను కోల్పోతుంది. ఈ శక్తి యొక్క స్థానం మూలాధారంలో ఉన్నది. ఈ శక్తిని కుండలినీ శక్తి అంటారు. మామూలు వ్యక్తులలో ఇది సర్పంవలె మూడున్నర చుట్లు చుట్టుకొని నిద్రిస్తూ ఉంటుంది. తన పడగతో వెన్నెముక ద్వారాన్ని మూసి వేస్తుంది. మేలు కొలిపినప్పుడు అది అనేక శారీరిక చిహ్నములను, మానసిక చిహ్నములను వ్యక్తం చేస్తుంది. పలువిధములైన అద్భుత శక్తులను, మహిమలను చూపుతుంది. స్వార్ధరహిత కర్మ, గాఢతమమైన ధ్యానం, భగవానునిపట్ల భక్తి పారవశ్యం, కొన్ని శారీరక ప్రక్రియల సాధననే- ఇలా వివిధ మార్గముల ద్వారా దానిని మేలుకొలుపవచ్చు.

ఇతర వ్యక్తుల యొక్క అయస్కాంత ప్రభావం ద్వారా కూడ ఈ సూక్ష్మ శక్తిని మేలుకొలుపవచ్చు. అటువంటి మహా పురుషుల ప్రాణములలో, మనస్సులలో ఉన్నత స్థాయికి చెందిన శక్తి ఇమిడి ఉంటుంది. తమను అర్థించిన వ్యక్తుల యొక్క ప్రాణశక్తిని క్రింది స్థాయినుంచి పైస్థాయికి పెంచగలిగే స్థితిలో ఉంటారు వారు. ఆ ప్రక్రియను విద్యుత్ ప్రసారంతో పోల్చవచ్చు. అయితే, ఇక్కడ ఆ ప్రక్రియ దానికి అదిగా జరిగిపోదు. అది పూర్తిగా ఆ మహానుభావుని

సంకల్పంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ ప్రక్రియను శక్తిపాత దీక్ష ఇవ్వడం అంటారు. మానసిక శక్తి యొక్క ఆవేశంతో, వ్యక్తిని ఆధ్యాత్మీకరించే ప్రక్రియగా దానిని నిర్వచించవచ్చు. ఈ విధంగా మానసిక శక్తి మేలుకొలుపబడినప్పుడు, వ్యక్తియొక్క నాడులు అని యంత్రితంగా (స్వతంత్రంగా) కదులుతాయి. కాలక్రమంలో మనస్సు మీద పని చేస్తాయి. శాంతిని, ఉన్నత స్థాయి ఏకాగ్రత యొక్క నిశ్చలత్వమును ప్రసాదిస్తాయి. శక్తిపాతం మెస్మరిజం (సమ్మోహన స్థితి) కాదు. హిప్నాటిజం (సమ్మోహిత స్థితి) కాదు. శక్తిపాతం యొక్క ప్రభావం చిరస్థాయిగా ఉంటుంది. వ్యక్తిని ఉన్నతుడిని చేస్తుంది. శక్తిపాతం ద్వారా ఒక వ్యక్తి ఇతరులలో ఆ శక్తిని మేలు కొలిపే సామర్థ్యాన్ని సంపాదిస్తాడు. క్రమ వికాసం ద్వారా తాను స్వయంగా ఒక అయస్కాంత పురుషుడు అవుతాడు. స్పర్శ ద్వారా ఇతరులను తనవలె చేయగలిగే సామర్థ్యం కలిగి ఉంటాడు. ఆ విధంగా శక్తిపాత క్రమం కొనసాగుతుంది. మరొక ముఖ్యమైన భేదం ఉన్నది. శక్తిపాతం వ్యక్తిని ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నతుడిని చేస్తుంది. వ్యక్తి ప్రతిభను పెంచుతుంది. ఏ జీవనరంగంలో అయినా సమర్థ వంతంగా పని చేసే శక్తిని పెంచుతుంది. అతనిలో జీవామృతం శాశ్వతంగా నెలకొంటుంది. అది అతడిని నైతికంగా, బౌద్ధికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా ఎదిగేటట్లు చేస్తుంది. శక్తిపాతం ద్వారా భక్తిని కూడ అలవరచుకోవచ్చు. అప్పుడు కుండలినీ శక్తిని ఆహ్లాదినీ శక్తి అంటారు. చూపుద్వారా కాని, స్పర్శద్వారా కాని, మంత్రంద్వారా కాని, కేవలం గురువు యొక్క సంకల్ప శక్తి ద్వారా కాని శక్తిపాతం జరపవచ్చు.

గురు సంకల్పం ద్వారా అయితే దూర స్థలాలనుంచి కూడ శక్తిపాతం జరగవచ్చు.

శక్తిపాతం అనగా శక్తిని ప్రసారం చేయడం. గురువు తన హస్త స్పర్శ ద్వారా, ఒక దృష్టి ప్రసారం ద్వారా, మంత్రాలను ఉచ్చారణ చేయడం ద్వారా, భగవన్నామాన్ని ఉచ్చరించడం ద్వారా, లేదా కేవలం ఒక ఆలోచన ద్వారా దీక్ష పొందిన వ్యక్తి యొక్క సూక్ష్మ శరీరంలోనికి ఒక మానసిక శక్తి తరంగాన్ని, లేదా మహత్తు కలిగిన సూక్ష్మ రసాన్ని ప్రసారం చేస్తాడు. ఆవిధంగా దివ్యశక్తి ప్రసారం చేయబడినప్పుడు, ఆమె (ఆ దివ్యశక్తి) కుండలినీ శక్తి మేలుకొనే విధంగా పని చేస్తుంది. అనగా- కుండలినీ అగ్ని రగుల్కొల్పబడుతుంది. ఆ అగ్ని జ్వాలలు నాడీ మండలం అంతటా వ్యాపిస్తాయి. ఫలితంగా చివరకు సుషుమ్నా ద్వారం తెరుచుకుంటుంది. ఆ జ్వాలలు ఆరు చక్రాలనూ చీల్చుకుని సహస్రారం వరకు ఎగువకు పయనిస్తాయి. శక్తిపాత దీక్షను వేధదీక్ష అనికూడా అంటారు. వేధ అనగా చీల్చుకుపోవడం. గురువు కుండలిని మేలుకొల్పి, ఆమె ఆరు చక్రములను ఛేదించేటట్లు చేస్తాడు. స్పర్శద్వారా, దృష్టిద్వారా, ఆలోచన ద్వారా ఆశక్తి సర్వవ్యాపకమైన సూక్ష్మరసం అనే మాధ్యమం ద్వారా ఒక శరీరంనుండి మరొక శరీరానికి పయనిస్తుంది. మంత్రం ద్వారా శక్తిపాతం జరిగినప్పుడు, ఆ మంత్రం మాధ్యమంగా పని చేస్తుంది. అటువంటి మంత్రములను శక్తి సంపుటిత మంత్రములు అంటారు. అనగా శక్తితో నిండినమంత్రములు.

సాధారణంగా- గురువు సంకల్పించినప్పటికీ, ఈ శక్తిని అందుకునే సామర్థ్యం అందరికీ ఉండదు. అయితే, లింగము, వయస్సు, కులము, మతము, జాతీయత వంటివాటికి అతీతంగా- అందరు వ్యక్తుల యొక్క అందుకునే సామర్థ్యాన్ని క్రమంగా పెంచవచ్చు. పుణ్యకర్మలు, విశుద్ధమైన ఆలోచనలు, భగవద్ భక్తి, భగవత్ ప్రార్థనలు, తల్లిదండ్రులకు, ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నతి పొందిన వ్యక్తులకు, గురువుకు స్వార్థరహితమైన సేవ— వీటిద్వారా వ్యక్తి యొక్క స్వీకరణ సామర్థ్యాన్ని క్రమంగా పెంచవచ్చు. వ్యక్తియొక్క అలవాట్లు, స్వభావము, జీవన విధానములను బట్టి అతనిలో శక్తి యొక్క ప్రకటీకరణ రూపము మారుతుంది. గృహస్థులు కూడ శక్తిపాతం ద్వారా ప్రయోజనం పొందుతారు. వాస్తవానికి- శక్తిపాతానికి అడ్డుగోడలు అన్నవి లేవు.

—0—

# పదవ అధ్యాయము

## కుండలినీ జాగరణ లక్షణములు

చతుర్విధా సా సందిష్టా క్రియావత్యాది భేదతః।
క్రియావతీ వర్ణమయీ కలాత్మా వేధమయ్యపి॥

"కుండలిని తాను ధరించే రూపములనుబట్టి క్రియావతి, వర్ణమయి, కళాత్మ, వేధమయి అను పేర్లతో పిలువబడుతుంది."

పై కుండలినీ రూపముల ప్రకారం శక్తిపాతం నాలుగు విధములు. కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు వ్యక్తికి తప్పనిసరిగా కొన్ని అనియంత్రిత చలనములు అనుభవంలోనికి వస్తాయి. శరీరం ఊగడంతో, వణకడంతో ఆ చలనములు ప్రారంభం అవుతాయి. వాటి తీవ్రత వ్యక్తి ననుబట్టి మారుతూ ఉంటుంది. డైనమో పని ప్రారంభించినప్పుడు కదిలేముందు కారు కుదుపు ఇచ్చే విధంగా— కొందరికి పలు విధములైన కుదుపులు కలుగుతాయి. అటువంటి శారీరిక చలనములతోపాటు అంతకు పూర్వం అనుభవంలోనికి రాని ఆధ్యాత్మిక జాగరణ ఆనందం అనుభవం అవుతుంది. మద్యపు మైకంలోవలె మెదడు బరువెక్కుతుంది. కుండలినీ జాగరణకు తొలి లక్షణములు ఇవి. ఆ తర్వాత మరి అనేక లక్షణములు కనిపిస్తాయి. అనుభవములు కలుగుతాయి. అవి లెక్కకు మిక్కిలి అయినవి.

కుండలినీ జాగరణ క్రమమును అది వ్యక్తమయే పద్ధతుల ప్రకారం భక్తి, జ్ఞాన, యోగములుగా వర్గీకరించవచ్చు. ఇందులో యోగమును హఠయోగము, మంత్రయోగము, లయయోగము, రాజయోగము అను నాలుగు యోగములుగా తిరిగి వర్గీకరించవచ్చు. అందువల్ల కుండ

లినీ యోగమును మహాయోగము అంటారు. దీక్ష పొందే వ్యక్తియొక్క ప్రయత్నం లేకుండా— సిద్ధగురువు యొక్క కృపవల్ల మాత్రమే దానిని సంపాదించగలుగుతాము. అందువల్ల దానిని ఒక్కొకసారి సిద్ధయోగమని కూడ వ్యవహరిస్తారు. రాజయోగం మహాయోగంలోని ఒకప్రధాన భాగం కనుక, మహాయోగమును పొరపాటుగా రాజయోగమని పిలవడం కద్దు. కర్మయోగం, భక్తియోగం, రాజయోగం, జ్ఞానయోగం యోగంలోని నాలుగు విభాగములని పాఠకులు విని ఉంటారు. మేలుకొన్న కుండలిని ఈ యోగమార్గం అంతనూ సమగ్రంగా స్పృశిస్తుంది. అయితే, మన ప్రస్తుత వివేచన మొదటి వర్గీకరణకే పరిమితమైనది. ఎందుకంటే ఆధ్యాత్మికమైన సత్ పదార్థాన్ని అన్వేషించేవారు అందరికీ మొదటి అర్హత భక్తి. యోగంతో రంగరించిన భక్తి బ్రహ్మజ్ఞానాన్ని సంపాదించడంలో భక్తునికి సహాయం అందిస్తుంది. కర్మయోగం అనగా ఫలితాలతో ప్రమేయం లేకుండా విధిని విధికొరకు నిర్వహించడం. మోక్షము ఏదో ఒక కర్మయొక్క ఫలితం కాదు. అది సాక్షాత్కారం మాత్రమే. బ్రహ్మజ్ఞానం లభించకపోతే మోక్షం రాదు. బ్రహ్మను తెలుసుకున్న వ్యక్తి తానే బ్రహ్మ అవుతాడు. భగవత్ కృపవల్ల శక్తిపాతం రూపంలో గురువుయొక్క దయార్ద్రమైన చూపువల్ల మాత్రమే బ్రహ్మ సాక్షాత్కారం సిద్ధిస్తుందని శ్రీ వాసుదేవ బ్రహ్మేంద్ర సరస్వతి రచించిన 'బ్రహ్మణికమ్'లోని దిగువ శ్లోకాలవల్ల స్పష్టమవుతుంది.

తత్వజ్ఞానేన మాయాయా బాధో నాన్యేన కర్మణా।<br>
జ్ఞానం వేదాన్తవాక్యోత్థం బ్రహ్మాత్మైకత్వగోచరమ్॥<br>
తచ్చ దేవప్రసాదేన గురోః సాక్షాన్నిరీక్షణాత్।<br>
జాయతే శక్తిపాతేన వాక్యాదేవాధికారిణామ్॥

"తత్వజ్ఞానము ద్వారా మాత్రమే మాయ ఆవరణము తొలగుతుంది. మరో కర్మద్వారా తొలగదు. వేదాంత వాక్యములు చెప్తున్నట్లు

బ్రహ్మ, ఆత్మ ఒకటే అనే గుర్తింపులో ఆ తత్వజ్ఞానం ఉన్నది. దైవ ప్రసాదంద్వారా, గురువుయొక్క సాక్షాత్ నిరీక్షణం (సూటి చూపు) ద్వారా అర్హులకు అటువంటి తత్వజ్ఞానము కలుగుతుంది"

శక్తిపాతంద్వారా గురువు అనుగ్రహం పొందిన వ్యక్తియొక్క కుండలిని సత్వరంగా మేలుకొంటుంది. అందుకు ప్రత్యక్ష ఫలితంగా మహాయోగం లేక సిద్ధయోగం సిద్ధిస్తుంది. దీక్ష పొందిన వ్యక్తిలో భగవానునిపై, గురువుపై దృఢమైన భక్తి విశ్వాసములు ఏర్పడే పక్షంలో, అతడికి దశాక్రమంలో హఠయోగం, మంత్రయోగం, లయ యోగం, రాజయోగం సిద్ధిస్తాయి. రాజయోగం భగవత్ సాక్షాత్కారానికి వేరొక పేరు మాత్రమే. అందువల్ల ఆచరణలో అది జ్ఞానయోగమునకు పర్యాయపదం. జ్ఞానయోగమునకు భిన్నంగా రాజయోగమును పేర్కొన్నప్పుడు, దానిని ధ్యానయోగమునకు గుర్తుగా పరిగణించాలి. హఠ, మంత్ర, లయ, రాజయోగములను ఈ విధంగా నిర్వచించవచ్చు.

భౌతిక భూమికలో కుండలిని యొక్క పరిణామాత్మక వ్యక్తీకరణకు సంబంధించినది హఠయోగం. 'హ' సూర్యునికి, 'ఠ' చంద్రునికి సంకేతములు. హఠయోగము అనగా సూర్యచంద్రుల సంయోగం. ఇడా పింగళల సంయోగాన్ని, ప్రాణ అపానముల సంయోగాన్ని, ప్రాణములో మనస్సుయొక్క విలీనాన్ని సాధించే శారీరక సాధనలు అన్నీ హఠయోగం క్రిందకు వస్తాయి.

శబ్ద భూమికలో కుండలినియొక్క వ్యక్తీకరణ మంత్రయోగము. ఈ కారణంవల్లనే— ఒక వ్యక్తియొక్క కుండలినిని మేలుకొలుపదలచిన గురువు ఒక శబ్దముద్వారా, లేక కొన్ని శబ్దములద్వారా తన శక్తిని ఆ వ్యక్తికి ప్రసారం చేసి దీక్ష ఇస్తాడు. ఆ శబ్దములను మంత్రములు అంటారు. ఎందుకంటే, ఆ శబ్దములను జపించడంవల్ల (పలుమారులు

ఉచ్చరించడంవల్ల) దీక్ష పొందిన వ్యక్తి మాయ ఆవరణంనుంచి విముక్తి పొందుతాడు. మననాత్ త్రాయతి ఇతి మంత్రః।

ఆధ్యాత్మిక వికాస క్రమంలోని మానసిక దశ, అనగా మనస్సును లయంచేసి సమాధిస్థితిని పొందడం, లయయోగం. మనస్సును ఏకాగ్రం చేసి, దానిని శూన్య స్థితిలోనికి తీసుకువెళ్ళడం ద్వారా సాధారణంగా ఈ మనోదశ సిద్ధిస్తుంది. అంతర్నాదంపై మనస్సును లగ్నం చేయడం ద్వారా కూడ ఆ స్థితిని సాధించవచ్చు. అంతరాంతరాలలోనుండి గంటలు మోగినట్లు, వేణువు ఊదినట్లు, మృదంగం వాయించినట్లు, ఉరుము ఉరిమినట్లు కొన్ని శబ్దములు వినబడడం అంతర్నాదం వినబడడం అని పిలువబడుతుంది. దానిని అనాహత నాద సంగీతమని కూడ అంటారు.

ఆధ్యాత్మిక శాంతి, అధ్యాత్మిక కాంతి కిరణములను వెదజల్లే భూమికను రాజయోగం అంటారు. రాజ శబ్దానికి ప్రకాశించు అని అర్థం. రాజయోగం అనగా వ్యక్తి తన అంతరాత్మలో భగవత్ సాక్షాత్కారాన్ని పొందడం. రాజయోగం వ్యక్తిని బ్రహ్మ పదార్థంతో తాదాత్మ్యం చెందే స్థితికి కొనిపోతుంది. ఆ విధంగా జ్ఞానయోగానికి దారి తీస్తుంది.

భావ భూమికలో కుండలినియొక్క పరిణామం భక్తియోగం. భగవానుని పైన, ఆధ్యాత్మిక విషయాలు అన్నింటిపైన భక్తిభావం పొంగి పొరలి, ఆ ప్రవాహపు ఉరవడిలో కామ క్రోధాదులనే నీచ ఆలోచనలు, నీచ భావాలు జర్జరితమై నిర్జితమైన దశ భక్తియోగం. ఆహ్లాదినీ శక్తియొక్క జాగరణం అది.

క్రియావతి :

హఠయోగ భూమికలో కుండలిని యొక్క వ్యక్తీకరణను క్రియావతి అంటారు. ఆ భూమికలో దీక్షితుడు హఠయోగంలోని వివిధ

ప్రక్రియలను అనియంత్రితంగా ప్రదర్శిస్తాడు. అతడు వాటిని ఉద్దేశ పూర్వకంగా ప్రదర్శించడు. తనలో జన్మించిన కొత్త శక్తియొక్క ప్రభావాన్ని సహజసిద్ధంగా అనుభవిస్తాడు. హఠయోగ ప్రక్రియలను ఆసనములు, ముద్రలు, ప్రాణాయామము అనే విభాగాలుగా వర్గీకరిస్తారు. మేలుకొన్న కుండలినీ శక్తియొక్క ప్రభావానికి లోనయి, వ్యక్తి ఆ ప్రక్రియలను ప్రదర్శిస్తాడు. తాను ప్రదర్శించే ప్రక్రియలోని విశేషం ఏమిటో అతడికి తెలియదు. యోగశాస్త్ర గ్రంథములలో ఎక్కడాలేని అనేక ప్రక్రియలను అతడు ప్రదర్శిస్తాడు. ఆ ప్రక్రియలలో కొన్ని అతి క్లిష్టమైన కండరాల వ్యాయామములు. అతి కష్టమైనవి. మరొక విధంగా సాధనచేయడానికి సాధారణంగా కుదరనివి. కుండలినీ శక్తి యొక్క ప్రభావం లేకుండా వ్యక్తి తన అవయవాలను కావలసినవిధంగా మెలిత్రిప్పడం సాధారణంగా సాధ్యపడదు. ఈ ప్రక్రియలలో ముఖ్యమైన వానిని హఠయోగశాస్త్ర గ్రంథాలలో నిర్దేశిస్తారు కుండలినీ జాగరణ కొరకై. ఆశ్చర్యం ఏమంటే, మేలుకొన్న కుండలిని ఆ ప్రక్రియలను నిర్దుష్టంగా ప్రదర్శిస్తుంది. సాధనకు సులభమైన పద్ధతిలో, ఆహ్లాదకరమైన పద్ధతిలో, ఆరోగ్యానికీ, ధ్యానానికీ దోహదం చేసే పద్ధతిలో ఈ ప్రక్రియలు దాదాపు అన్నీ వెన్నెముకలోని నాడులకు సంబంధించినవి. ఇవి అనిచ్ఛా (స్వతంత్ర) మండలాన్ని కదపవు. అయినా, దీని ప్రభావంవల్ల ఆ మండలంయొక్క ఆరోగ్యస్థితి, క్రమ నిర్వహణ మెరుగవుతాయి. అంతేకాదు నడవడం, భుజించడం, నవ్వడం, ఏడవడం వంటి ఇతర విధములైన శారీరక క్రియలను ఆమె వ్యక్తిచేత చేయిస్తుంది.

ఆ విధంగా మేలుకొన్న కుండలినీశక్తి ప్రాణశక్తివల్ల పనిచేసే సహావేదన, మధ్యమ నాడీవ్యవస్థలతో సహా నాడులకు సంబంధించిన అనిచ్ఛా మండలాన్ని, మనస్సుయొక్క సంకల్ప శక్తివల్ల పనిచేసే

కేంద్రవ్యవస్థను ఒకేసారి ప్రభావితం చేస్తుంది. ప్రాణము, మనస్సు తటస్థ స్థితిని పొందుతాయి. మొదట మనస్సు పాక్షికమైన తటస్థ స్థితిని పొందుతుంది. అప్పుడు మనస్సు తన చంచలత్వమును కోల్పోతుంది. ఆ తర్వాత ప్రాణము, మనస్సు రెండూ తటస్థ స్థితిని పొందుతాయి. రెండింటియొక్క క్రియ తాత్కాలికంగా నిలిచిపోతుంది. మనస్సు ప్రాణమునకు లోబడి ఉంటుందనీ, ప్రాణము మానసిక, శారీరకక్రియలు అన్నింటినీ అదుపుచేస్తుందనీ గుర్తించవలసి ఉన్నది. అందువల్లనే, అథర్వవేదం "ప్రాణాయ నమో యస్య సర్వమిదం వశే। యో భూతః సర్వస్యేశ్వరో యస్మిన్ సర్వాప్రతిష్ఠితమ్॥ అని ప్రార్థిస్తున్నది-11-4 (6) అనగా- "ప్రాణమునకు నమస్సులు. ఆ ప్రాణము యొక్క అదుపులోనే ఇదంతా ఉన్నది. సర్వ భూతములను శాసించేది ప్రాణము. అన్నింటికీ ఆధారం ప్రాణము." ప్రాణమును అదుపుచేస్తే, మనస్సు ఇంద్రియములు వాటికి అవే అదుపులోనికి వస్తాయి. మేలుకొన్న కుండలినీ శక్తి ఒక క్రమ పద్ధతిలో సహజసిద్ధంగా క్రియలు జరిపినప్పుడు- ఆ సమయంలో మనస్సు నాడీ మండలంనుండి విడివడుతుంది. ఆ విధంగా నాడీ సంబంధమైన క్రియలనుండి విముక్తిపొందిన మనస్సు ఆ సమయానికి మౌన దర్శకుడుగా పనిచేస్తుంది. అనిచ్ఛా మండలం యొక్క బలంకూడ పెరుగుతుంది. అది సక్రమంగా పనిచేయడం ప్రారంభిస్తుంది. అది ఆరోగ్యాన్ని నిర్మిస్తుంది. అవ్యవస్థను తొలగిస్తుంది. రోగములను నయం చేస్తుంది. మొత్తం వ్యవస్థ యొక్క సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. నాడీ మండలం నుండి విడివడిన మనస్సు బలపడుతుంది. ఇతర సమయాలలో కూడ సాక్షీభూతంగా నిలచి ఉండడం అలవరచుకుంటుంది. అనిచ్ఛా మండలంపై కూడ కొంతమేరకు అదుపు సంపాదిస్తుంది.

కుండలిని ప్రదర్శించే హఠయోగ ప్రక్రియలు సహజమైనవి. ఒక వ్యక్తి వాటిని తగినంతకాలం ఐచ్ఛికంగా సాధనచేస్తే, అవి కుండలినీ జాగరణకు తోహదం చేస్తాయి. హఠయోగ శాస్త్ర గ్రంథాలలో ఆయా ప్రక్రియలు ఉన్నాయి. అయితే వాటిని ప్రావీణ్యం సంపాదించిన గురువునుంచి నేర్చుకోవలసి ఉంటుంది. ఆయన మార్గదర్శనాన్ని తు.చ. తప్పకుండా అనుసరించి, వాటిని సాధనచేయవలసి ఉంటుంది.

ఈ ప్రక్రియలు కుండలినిని ఏవిధంగా మేలుకొలుపుతాయి అనేది పరిశోధించ దగిన అంశం. నాడీ జాలకములపై వాటి ప్రభావాన్ని వివరించడానికి అనేక ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నప్పటికీ, అవి సాధారణంగా ఊహాగానాలపై ఆధారపడినవి. దురదృష్టమేమంటే- కుండలినీ జాగరణం పొంది, శరీరనిర్మాణ శాస్త్రంలో, శరీరశాస్త్రంలో మంచి పరిజ్ఞానం కలిగి, చిత్తశుద్ధితో, సత్యాన్వేషణ దృష్టితో పనిచేసే విద్యార్థుల బృందం ఈ రంగంలో పరిశోధనకృషి జరపడానికి తగు అవకాశాలు కల్పించే చెప్పుకోతగిన సంస్థ ఇప్పటికీలేదు. సాధారణంగా శరీరనిర్మాణ శాస్త్రవేత్తలకు ఈ పరిశోధనా రంగం తెలియదు. తెలిసిన వారు నిర్లక్ష్య వైఖరి వహిస్తారు.

స్వచ్ఛందంగా కాని, అనియంత్రితంగా కాని ఈ ప్రక్రియలను సాధన చేయడంవల్ల వెన్నెముక వ్యవస్థమీద ప్రభావం పడుతుందనీ, అందుకు ప్రతిక్రియగా అనిచ్ఛామండలం మీద ప్రభావం పడుతుందనీ అనిపిస్తుంది. రెండు వ్యవస్థలలో ప్రాణ, అపాన అనే వ్యతిరేక ఆవేశాలను జనింపజేస్తుంది. ఆ ఆవేశాలనుండి ఆయా ప్రవాహాలు జనిస్తాయి. యోగికి ఆ ప్రవాహాలు అనుభూతిలోనికి వస్తాయి. ఆ ప్రవాహాలను వెన్నెముక ఎగువభాగానికి మళ్ళేటట్లు చేయవచ్చు. వెన్నెముకకు కుడి వైపున, ఎడమవైపున ఉండే చిత్రి బూడిదరంగు అనే పదార్థం

ద్వారా ఎగువకు పయనించినప్పుడు ఆ కాలువలోని వివిధ కేంద్రముల వద్ద ఆవప్రవాహములు వ్యతిరేకమైన గతిశీల శక్తులను విడుదల చేస్తాయి. చివరకు సుషుమ్నా శీర్షం వద్దకాని, మెదడువద్దకాని, మరింత ఎగువనకాని ఆ రెండుశక్తులూ పూర్తిగా సమరసము అయిన సమయంలో మనస్సు సేదతీరుతుంది. ప్రశాంతిని పొందుతుంది. చివరకు సమాధిస్థితిని పొందుతుంది. వెలికివచ్చే ప్రకంపనములు, లోనికి వెళ్ళే ప్రకంపనములు ఆగిపోతాయి. మనస్సు శూన్యం అవుతుంది. అనగా ప్రాణశక్తి పూర్తిగా విడుదల కావడంతో, మనస్సు చివరకు సమాధి స్థితిలో ప్రవేశిస్తుంది.

కళావతి :

కళావతిగా కుండలిని యొక్క పరిణామం మొదటి అధ్యాయంలో పేర్కొన్న ఐదు కళలయొక్క, అనగా అంతర్నిహితత్వ దశలయొక్క వికాసదిశలో పయనిస్తుంది. శైవసిద్ధాంతం ప్రకారం అంతర్నిహితత్వ సృష్టిలో ఆరు మజిలీలు ఉన్నాయి. మూడు నామములకు, మూడు రూపములకు సంబంధించినవి. నామముల వ్యక్తీకరణకు దశలు మూడు. వర్గములు, పదములు, మంత్రములు. సంస్కృత వర్ణమాలలో 50 వర్ణములు ఉన్నాయి. సంస్కృత భాషలో 81 విధముల పదములు ఉన్నాయి. మూడు పురుషలు, మూడు లింగములు, మూడు వచనములు, మూడు కాలములు ఉన్నాయి. అందువల్ల పదములన్నీ 3×3×3×3–81 రూపములలో ఉంటాయి. పురుషలు—ప్రథమ, మధ్యమ, ఉత్తమ. లింగములు —పుం లింగము, స్త్రీ లింగము, నపుంసక లింగము. వచనములు—ఏక వచనము, ద్వివచనము, బహువచనము. కాలములు – భూతకాలము, వర్తమానకాలము, భవిష్యత్ కాలము. ఏకాదశ రుద్రులకు సంబం

ధించే 11 తరగతుల మంత్రములు ఉన్నాయి. పది ప్రాణములు, ఆత్మ కలిసి ఏకాదశరుద్రులు. * బ్రహ్మదారణ్యక ఉపనిషత్తు (3-9-4) ప్రకారం. ఇక్కడ పది ప్రాణములు అనగా — ఐదు బుద్ధీంద్రియములు, ఐదు కర్మేంద్రియములు. బ్రహ్మసూత్రాలపై శంకరాచార్య భాష్యం (2-4-6) ప్రకారం. + అందువల్ల మన జ్ఞానమయ ప్రపంచమును, కర్మమయ ప్రపంచమును అంతనూ వ్యక్తపరచడానికి ఉపకరించే మంత్రములు 11 విధములు.

ప్రతి నామము ఒక రూపమునకు చిహ్నము. ప్రతి రూపము వస్తు సూచకము. రూపముల వ్యక్తీకరణలో దశలు మూడు — కళలు తత్వములు, భువనములు. కళలు ఐదు. తత్వములు 36. భువనములు 224. ఈ విషయము మొదటి అధ్యాయంలో వివరించబడింది. కళలు- శాంత్యాతీత, శాంతి, విద్య, ప్రతిష్ఠ, నివృత్తి. 36 తత్వములు ఇవి.

---

* తథా చోదాహృతా శృతిః। కతమే రుద్రా ఇతి దశేమే పురుషే ప్రాణాఆత్మైకాదశః (బృహదారణ్యక ఉపనిషత్ (3-9-4) ఇతి

ఆత్మ శబ్దేన చాత్రాన్తః కరణం పరిగృహ్యతే, కారణాధికరణాత్ ప్రాణాః శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధ విషయాః పంచ బుద్ధి భేదాస్తదర్థాని పంచ బుద్ధీంద్రియాణి। వచనాదాన విహరణోత్సర్గానన్దాః కర్మ భేదాస్తదర్థానిచ పంచ కర్మేన్ద్రియాణి।

\+ శంకర భాష్యంలో పైన ఉదహరించబడిన శృతిని పేర్కొని ప్రాణములు అనగా 5 కర్మేంద్రియములు, 5 జ్ఞానేంద్రియములు, అంతఃకరణము అని వివరించారు.

1. శివుడు, 2. శక్తి, 3. సదాశివుడు, 4. ఈశ్వరుడు, 5. శుద్ధ విద్య, 6. మాయ, 7. కాలము, 8. కళ, 9. విద్య (ఎరుక) 10. నియతి (ప్రకృతి నియమములు), 11. రాగము (అనురాగము), 12. పురుషుడు (ఆత్మ), సాంఖ్య దర్శనములోని మొదటి 23 తత్వములు. 24వది పృథివి. పృథివినుంచి ఎగువకు వెళ్ళే పై 36 తత్వములను పరిశుద్ధం చేయడం ద్వారా మాత్రమే మాయ ఆవరణం నుంచి పూర్తి విముక్తి లభించగలదని శైవతత్వవేత్తల మతము. అనగా, ఆవరణములు ఒక్కొక్క దానినుండి వెలికి రావడం ద్వారా జీవాత్మ పరిణామం చెందడంలో పూర్తి విముక్తి లభించగలదని అర్థం. జీవాత్మ యొక్క ఈ పరిణామమును తత్వశుద్ధి అంటారు. ఆ విధంగా యోగి నివృత్తి కళనుండి ప్రారంభించి శాంత్యాతీత కళవరకు తన అంతరాత్మను పరిణామం పొందజేస్తాడు.

నివృత్యా రుద్రపర్యంతా స్థింతరండస్య శోధ్యతే।
ప్రతిష్ఠయా తదూర్ధ్వస్తు యావదవ్యక్త గోచరమ్॥
తదూర్ధ్వం విద్యయా మధ్యే యావద్విద్యేశ్వ రావధిః।
శాంత్యా తదూర్ధ్వమధ్యాన్తే విశుద్ధిః శాంత్యతీతయా॥

మొదట నివృత్తి నుండి రుద్రునివరకు అండము యొక్క స్థితి పరిశుద్ధం చేయబడుతుంది. తర్వాత ప్రతిష్ఠ (నివృత్తి యొక్క స్థాపన) ద్వారా ఉన్నత తత్వములు అవ్యక్తమును చేరేవరకు పరిశుద్ధం చేయబడతాయి. ఆపైన మధ్యభాగంలో విద్యాద్వారా (ఆత్మజ్ఞానం ద్వారా) విద్యేశ్వరుని వరకు, శాంతిద్వారా మధ్యభాగ అంతమువరకు, చివరకు శాంత్యాతీత కళద్వారా గమ్యం చేరేవరకు విశుద్ధీకరణ జరుగుతుంది.

ఇది శక్తిపాత దీక్షద్వారా మాత్రమే సాధ్యపడుతుంది.

శక్తిపాతసమాయోగాదృతే తత్వాని తత్త్వతః।
తద్వ్యాప్తిస్తద్విశుద్ధిశ్చ జ్ఞాతుమేవ న శక్యతే॥

అనగా:— తత్వములలోని సారము, ఆ తత్వములలో ఆత్మ తత్త్వము యొక్క వ్యాప్తి, ఆ తత్త్వముల నుండి ఆత్మ తత్త్వము యొక్క విశుద్ధీకరణ—అన్నింటినీ శక్తిపాతం ద్వారా తప్ప తెలిసికొనలేము

ఆత్మతత్త్వము స్వచ్ఛమైనది. 24 ప్రకృతి తత్వములచేత మలినము లేనిది. అయినప్పటికీ, దేహాధ్యాస (తానూ శరీరమూ ఒకటే అనే భ్రమ) కారణంగా ఆ తత్వములతో తాదాత్మ్యము చెందినట్లు కనపడుతుంది. వ్యాప్తిద్వారా అది శరీరముతో తాదాత్మ్యము చెందినట్లు కనపడుతుంది. విపర్యయ జ్ఞానం వలన, అనగా వికృతి పొందినజ్ఞానం వలన, దాని నిజ స్వభావం మరుగుపడుతుంది. స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీర తత్వములు అన్నింటికీ విభిన్నము, ప్రత్యేకము అయినది ఆత్మతత్వము యొక్క విశుద్ధి. ప్రకృతి తత్వముల విశుద్ధీకరణ అనగా అవి ఆత్మ తత్వమునకు భిన్నమైనవి అనే నిజమైన జ్ఞానము. ఆవిధంగా రెండింటియొక్క నిజమైన జ్ఞానము మోక్షమునకు దారితీస్తుంది. పతంజలి యోగదర్శనం ఇలా నిర్వచిస్తున్నది.

సత్త్వపురుషయోః శుద్ధిసామ్యే కైవల్యమితి॥

(యోగదర్శనం 3-55)

సత్వమును (మేధస్సును) పురుషుని (ఆత్మను) సమానంగా శుద్ధి చేయడం ద్వారా మోక్షం సాధించబడుతుంది.

వ్యాప్తి, తత్వముల విశుద్ధీకరణ శక్తిపాతం ద్వారా తప్ప తెలిసికొనబడవు. నీచతమ దశనుండి ప్రారంభమయే విరుద్ధమైన పరిణామ క్రమంలో నివృత్తి, ప్రతిష్ఠ, విద్య, శాంతి, శాంత్యాతీత, అనే ఆ పదములే సాధకునికి వ్యతిరేకమైన అర్ధములను స్ఫురింపజేస్తాయి. అంతర్ని

హితత్వ ప్రక్రియలో ఆ పదములు అంతర్నిహితమైన ఆత్మతత్వమునకు వర్తిస్తాయి. పరిణామ ప్రక్రియలో అవే పదములు పరిణామం చెందుతున్న ఆత్మతత్వమునకు వర్తిస్తాయి, విభిన్నమైన అర్థంలో. మొదటి ప్రక్రియలో విద్య అనగా ఎరుక. ప్రతిష్ఠ అనగా ఆత్మయొక్క బంధనము స్థిరపడడం, నివృత్తి అనగా సృష్టి యొక్క అంతం. విరుద్ధ క్రమంలో ఆ పదములకు వరుసగా త్యజించుట, త్యజించుటను స్థిరపరచుట, ఆత్మ జ్ఞానము అనే అర్థములు వస్తాయి. అవే పదములకు రెండు అర్థములు వచ్చే విధంగా ఆ పదముల ఎంపిక జరిగింది.

మేలుకొన్న కుండలిని తన ప్రభువును కలుసుకోవడానికి జరిపే పయనంలో పేర్కొన్న కళలు అయిదింటినీ ఒకటి తర్వాత ఒకటిగా దాటుతుంది. అందువల్ల దానిని కళావతి అన్నారు. వస్తుపరమైన రూపములలో కుండలిని యొక్క పరిణామము కళావతి. నామములలో ఆమె పరిణామమును వర్ణమయి అంటారు. వర్ణమయి, కళావతి కలిసి నామరూపముల ప్రపంచం అంతకూ వర్తిస్తాయి.

క్రియావతి హఠయోగమును, కళావతి లయయోగమును, వర్ణమయి మంత్రయోగమును నిర్మిస్తుంది. క్రియావతి శారీరిక క్రియలద్వారా శరీరమును ఊర్ధ్వముఖ పయనానికి సిద్ధం చేస్తుంది. మనస్సును, ప్రాణమును భౌతిక భూమిక నుండి విడివడజేసి, క్రమ దశలలో వానిని ఉన్నత భూమికలకు కొనిపోతుంది. ఆ తర్వాత ఆ పనిని వర్ణమయి, కళావతి వరుసగా చేపట్టుతాయి.

వ ర్ణ మ యి :

మంత్రయోగానికి విషయం వర్ణమయి. విశుద్ధచక్రంలో సరస్వతిగా వెలుగొందునప్పుడు, కుండలిని వర్ణమయిగా యోగిలో అంతవరకు నిద్రా

ఋంగా పడిఉన్న దివ్యమైన శబ్ద శక్తులను మేలుకొలుపుతుంది. అతడు సంస్కృతంలో, వివిధ భాషలలో వర్ణములను, పదములను, వాక్యములను, మంత్రములను ఉచ్చరిస్తాడు సహజసిద్ధంగా. కొన్ని సందర్భాలలో తనకు తెలియని భాషలలో, జంతువులు, పక్షులు చేసే ధ్వనులను పోలిన ధ్వనులు చేస్తాడు. వికృతమైన ధ్వనులు చేస్తాడు. ఒక్కొకసారి అతడు కవిత్వం చెపుతాడు. వివిధ రాగాలలో కీర్తనలు పాడతాడు. భగవన్నామములను వల్లిస్తాడు. అతడు ఉచ్చరించే మంత్రములు సిద్ధ మంత్రములు. క్రియావతిలో కుండలిని ప్రభావం వల్ల అనుభవంలోనికి వచ్చిన శారీరిక ప్రక్రియలను క్రొత్త సాధకునికి నేర్పితే, అవి అతడి కుండలినిని మేలుకొల్పడంలో తోడ్పడతాయి. ఆ విధంగానే, ఈ సిద్ధ మంత్రములను జపిస్తే, క్రొత్త సాధకుని కుండలిని మరింత త్వరగా మేలుకొంటుంది.

రూపముల సృష్టి అధ్యాత్మభావమునుండి బహిర్గతం అవుతుంది. వాక్కు కూడ ఆ విధంగానే బహిర్గతం అవుతుంది. ధ్వనులూ, స్వరములూ, అర్థం ఉన్నవీ, లేనివీ- అన్నీ ఆ అధ్యాత్మభావంనుండే ఉద్గమిస్తాయి. కనుకనే, "శబ్ద బ్రహ్మ" అని మత గ్రంధాలు ప్రకటిస్తున్నాయి. "మొదట్లో శబ్దం ఉన్నది- శబ్దం భగవానునితో ఉన్నది. శబ్దమే భగవానుడు"- అని సెంట్ జాన్ సైతం బైబిల్‌లో చెప్పిఉన్నాడు. ఆ శబ్దం ఓంకారమేనని వేదములు వక్కాణిస్తున్నాయి. అ+ఉ+మ్—ఓమ్. భగవంతునివలె ఓమ్ కూడ సర్వవ్యాప్తి అయిన శబ్దం. ప్రతి ధ్వనివెనుక దాగి ఉన్న శబ్దం. 'అ' అనే అక్షరం వర్ణమాలలోని మొదటి అక్షరం. అచ్చులలో మొట్టమొదటిది. అందువల్ల, ప్రతి ధ్వనియొక్క ఉచ్చారణకూ అది అవసరం. పసిపాపకాని, మూగవ్యక్తి కాని, సర్వపేటికయొక్క ప్రకంపనాలను మాత్రమే ఉత్పత్తి చేయగలిగే జంతువులుకాని- 'అ' అని మాత్రం అనగలుగుతాయి. ఆ తరు

వాత నాలుక యొక్క వివిధ కదలికలవల్ల ఇతర అక్షరములు అచ్ఛాదన లేని 'అ' అక్షరానికి ఆచ్ఛాదన కల్పిస్తాయి. 'అ' కాని, మరొక అచ్చు కాని చివర లేకుండా ఏ ధ్వనినీ చేయలేము. 'అ' మొదటి అచ్చు. 'ఉ' మొదటి అచ్చుయొక్క రూపాంతరం. 'మ్' అనేఅనునాసిక ధ్వని ప్రతిధ్వనితోనూకూడి ఉంటుంది కొద్దిగానో, హెచ్చుగానో. అనునాసికమైనఉచ్చారణద్వారా కాని, బయట దాని ప్రతిధ్వని ద్వారాకాని, ఆవిధంగా 'ఓమ్' ఉచ్చరించబడే శబ్దాలకుకాని, ఉచ్చరించని ధ్వనులకుకాని నేపథ్యంగా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల దానిని శబ్దబ్రహ్మ అన్నారు. వాక్కుకు నాలుగు దశలు- పరా, పశ్యంతి, మధ్యమా, వైఖరి. 'పరా' అత్యున్నతమైన చితిశక్తి. అనగా శుద్ధచైతన్యం. జ్ఞానం అంతటికీ మూలం. అభివ్యక్తం కాని మూలం. 'పశ్యంతి' చైతన్యం యొక్క మొట్టమొదటి అభివ్యక్తి. జ్ఞానం అంతటికీ స్థావరం. 'మధ్యమా' మధ్యదశ. భావనలలో, ఆలోచనలలో దాని అభివ్యక్తి. 'వైఖరి' నోటిద్వారా వచ్చేమాట. శబ్దముల రూపంలో ఉన్న అభివ్యక్తి.

సంస్కృత వర్ణమాలలోని 50 వర్ణములలో అచ్చులు 16 : అ ఆ ఇ ఈ ఉ ఊ ఋ ౠ ఌ ౡ ఎ ఐ ఒ ఔ అం అః. 25 హల్లులు ఐదువర్గములుగా విభజించారు. క్,ఖ్,గ్,ఘ్,ఙ్; చ్,ఛ్,జ్,ఝ్,ఞ్; ట్,ఠ్,డ్,ఢ్,ణ్; త్,థ్,ద్,ధ్,న్; ప్,ఫ్,బ్,భ్,మ్. ప్రతివర్గంలో మొదటి రెండు వర్ణములు కఠినములు. తర్వాత రెండు వర్ణములు మృదువులు. చివరిదీ ఐదవదీ అనునాసికము. 9 అర్ధహల్లులు, ఊష్మములు : య్ ర్ ల్ వ్ శ్ ష్ స్ హ్ ళ్, క్ష సంయుక్తాక్షరము- క్+ష్.

మంత్రములన్నీ వర్ణములతో కూడి ఉంటాయి. వాటి ఉచ్చారణవల్ల కలిగిగే ధ్వనులు శరీరాన్ని, మనస్సును ప్రభావితం చేస్తాయి. మనస్సును వాటి అర్థములపై లగ్నం చేయడం ద్వారా మనస్సునుకూడ

ప్రభావితం చేస్తాయి. మంత్రాలను జపించడంలో మూడు విధములైన ప్రక్రియలు ఇమిడి ఉన్నాయి. వాటి ఉచ్చారణ నోటికి పని. వాటి అర్థాలపై మనస్సును లగ్నం చేయడం మానసికమైన క్రియ. ధ్వనిని వినడం మెదడు మీద పనిచేస్తుంది. మొదటిది ప్రాణశక్తిని ప్రభావితంచేస్తుంది రెండవదాని ప్రభావం మనస్సుమీద పడుతుంది. మూడవది మెదడులోని కేంద్రములమీద పనిచేస్తుంది. మంత్రమునకు ఆపేరు రావడానికి మరొక కారణం ఉన్నది. మననాత్ త్రాయత ఇతి మంత్రః మననం వల్ల రక్షించేది మంత్రం. ఆ ధ్వనిని ఉచ్చరించడం వినడం అనే క్రియ మెదడులోని నాడీకేంద్రములపై ప్రత్యక్షంగాను, పరోక్షంగా ఇడా, పింగళా, సుషుమ్నా అనే త్రివిధ వ్యవస్థపైన, ఆరు చక్రములపైన, ఆ చక్రములద్వారా పృథివి, ఆపస్సు, తేజస్సు, వాయువు, ఆకాశము అనే పంచతత్వములపైన పనిచేస్తుంది.

మంత్రములకు, యోగశాస్త్రానికి గల సంబంధాన్ని అర్థంచేసుకోవాలంటే, వర్ణమాలకు మంత్రములకు గల సంబంధాన్ని విడిగా తెనుసుకోవాలి. "శారదా తిలక" గ్రంథం రెండవ పటలంనుండి దిగువ విషయాలు ఇవ్వబడుతున్నాయి. ధ్వని యొక్క ప్రభావాన్నిబట్టి అచ్చు లన్నీ ప్రధానంగా 'ఇడా'తో సంబంధం కలిగిఉన్నాయి. అచ్చులలో హ్రస్వములు 'పింగళా'కు, దీర్ఘములు 'ఇడా'కు, ఎ ఐ ఒ ఔ లు సుషుమ్నకు సంబంధించినవి. అనునాసిక ధ్వని ఆత్మకు, విసర్గ శక్తికి సంబంధించినవి. అచ్చులలో హ్రస్వములు పుంలింగములు. దీర్ఘములు స్త్రీలింగములు. ఎ ఐ ఒ ఔలు నపుంసక లింగములు, క్ నుండి మ్ వరకు 25 హల్లులు ప్రధానంగా పింగళాకు సంబంధించినవి. తొమ్మిది అర్థహల్లులు, ఊష్మములు సుషుమ్నాకు సంబంధించినవి. హ్రస్వములైన అచ్చులతో కూడిన క్ నుండి క్ష్ వరకు హల్లులు పింగళాతో, దీర్ఘములైన అచ్చులతో కూడిన ఆ హల్లులు ఇడాతో, ఎ ఐ ఒ ఔలు

సుషుమ్నాతో సంబంధం కలిగి ఉన్నాయి. అనునాసికములు చివర ఉన్నవి ఆత్మను, విసర్గ చివర ఉన్నవి "శక్తి"ని ప్రభావితం చేస్తాయి.

ఆరు చక్రములకు సంబంధించి వాటి ఏర్పాటు ఇలా ఉన్నది: అచ్చులు పదహారు విశుద్ధ చక్రంయొక్క పదహారు వ్యాసార్థములతో జోడించబడి ఉన్నాయి. క్ నుండి ఠ్ వరకు పన్నెండు హల్లులు అనాహత చక్రంలోని పన్నెండు వ్యాసార్థములతో, డ్ నుండి ఫ్ వరకు పదిహల్లులు మణిపూర చక్రంలోని పది వ్యాసార్థములతో, చ్ నుండి ల్ వరకు ఆరు హల్లులు స్వాధిష్ఠాన చక్రంలోని ఆరు వ్యాసార్థములతో, క్ శ్ ష్ స్ లు మూలాధార చక్రంలోని నాలుగు వ్యాసార్థములతో, హ్, క్ష్ లు ఆజ్ఞా చక్రంలోని రెండు వ్యాసార్థములతో, శ సహస్రారంలోని గురు చక్రంతో జోడింపబడి ఉన్నాయి.

ఏషు స్వరాః స్మృతాః సౌమ్యాః స్పర్శాః సౌరాః శుభోదయాః।
ఆగ్నేయా వ్యాపనః సర్వే సోమ సూర్యాగ్ని దేవతాః॥
(శారదా తిలకక్ 2-2)

తత్వాత్మానః స్మృతాః స్పర్శాః మకారః పురుషో యతః।
వ్యాపకా దశతే కామ ధనధర్మ ప్రదాయినః॥ (2-4)
బిందు పుమాన్ రవిః ప్రోక్తః సర్గః శక్తిర్ నిశాకరః।
స్వరాణాం మధ్యమం యచ్చ చతుస్ర తచ్చ నపుంసకమ్॥
(2-6)

పింగలాయాం స్థితా హ్రస్వా ఈడాయాం సంగతాః పరే।
సుషుమ్నాయాం మధ్యగా జ్ఞేయాశ్చత్వారో మో నపుంసన్ః॥
(2-7)

వర్ణములు, పంచభూతములతో, ఇడ పింగళ సుషుమ్నలతో, షట్ చక్రములతో వానికిగల సంబంధము

| పంచ భూతములు | ఇడా (చంద్ర) అచ్చులు స్వరములు — విశుద్ధ చక్రము | | | పింగళ (సూర్య) హల్లులు స్పర్శములు | | | | | | సుషుమ్న (అగ్ని) అర్ధ హల్లులు, ఊష్మములు, వ్యాపకములు | | | | | | వివరణ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | హ్రస్వ పులింగ | దీర్ఘ స్త్రీలింగ | నపుంసక లింగ | అనాహత | | | మణిపుర | | | స్వాధిష్ఠాన | | మూలాధార | | ఆజ్ఞ | సహస్రార | |
| వాయువు | అ | ఆ | ఎ | క్ | చ్ | ట్ | ౦ | త్ | ప | ౦ | మ్ | ౦ | ష్ | ౦ | ౦ | స్పర్శజ్ఞానం గ్రహణశక్తి |
| అగ్ని | ఇ | ఈ | ఐ | ఖ్ | ఛ్ | ఠ్ | ౦ | థ్ | ఫ్ | ౦ | ర్ | ౦ | ౦ | క్ష్ | ౦ | దృష్టి, గమనశక్తి |
| పృథివి | ఉ | ఊ | ఒ | గ్ | జ్ | ౦ | డ్ | ద్ | ౦ | బ్ | ల్ | ౦ | ౦ | ౦ | ళ్ | ఘ్రాణశక్తి విసర్జనశక్తి |
| జలము | ఋ | ౠ | ఔ | ఘ్ | ఝ్ | ౦ | ఢ్ | ధ్ | ౦ | భ్ | ౦ | వ్ | స | ౦ | ౦ | రసనశక్తి, [illegible]ంగికశక్తి |
| ఆకాశము | ఌ అం | ౡ అః | ౦ | ఙ | ఞ | ౦ | ణ్ | న్ | ౦ | మ్ | ౦ | శ | ౦ | హ్ | ౦ | శ్రవణం, వాక్కు |

పింగళ ఇడా సుషుమ్న

ఇడా　　　పింగళ　　　సుషుమ్న

వాయ్వగ్ని భూజలాకాశః పంచాశల్లిపయః క్రమాత్।
పంచహ్రస్వాః పంచదీర్ఘ బిందవ్యన్తాః సంధిసంభవాః।
కాదయః పంచశః షష శశస హాన్తాఃప్రకీర్తితాః॥ (2-9)

ఉచ్చారణను అనుసరించి వర్ణముల వర్గీకరణ ఇలా ఉన్నది: అ ఆ క ఖ గ ఘ ఙ హ లు, విసర్గ కంఠ్యములు. ఇ ఈ చ ఛ ఝ ఞ య శ కఠిన తాలవ్యములు. ఉ ఊ ఓ ఔ ప ఫ బ భ మ ఓష్ఠ్యములు. ఋ ౠ ట ఠ డ ఢ ణ ర ష దంత్యములు. ఙ ఞ మ ణ న అనుస్వారం అనునాసికములు. 'వ' ఓష్ఠ్యదంత్యము.

ఉచ్చారణ నాలుక యొక్క క్రియావహ నాడులను ప్రభావితం చేస్తుంది. స్పర్శ, గొంతు, తాలువు, ముక్కు, పై పండ్లు, పెదిమలపై పనిచేస్తుంది. ఆ విధంగా చిన్నమెదడును, ఆజ్ఞా చక్రం సమీపంలో ఉన్న మెదడు వెనుక భాగమును, క్రింది భాగమును ప్రభావితంచేస్తుంది. ఆజ్ఞాచక్రం పుర్రెలోని నాడులు దాదాపు అన్నింటికీ స్థానం. అందువల్ల హఠయోగం క్రిందకు వస్తుంది. ధ్వని శ్రవణ నాడులపై పనిచేస్తుంది. మెదడులోని శ్రవణ సంబంధమైన జ్ఞానవహ నాడులను ప్రభావితం చేస్తుంది. అందువల్ల అది లయ యోగం క్రిందకు వస్తుంది. మంత్రము యొక్క అర్థం మనస్సును ప్రభావితం చేస్తుంది. మనస్సును ప్రేమ, ఆనందం, శాంతి, భక్తి అనే భావనలతో నింపుతుంది. అది భావయోగం లేదా భక్తియోగం క్రిందకు వస్తుంది. అయితే, శ్రవణ నాడులపై ప్రభావం పాత్ర అత్యంత ప్రముఖమైనది. స్పర్శ నాడులపై ప్రభావం అంతకన్న తక్కువ. ఇంద్రియములు అన్నింటికీ శరీరంలోని బహిర్ముఖ నాడులతో సంబంధాలు ఉంటాయి. ప్రతి ఇంద్రియ వ్యాపారము నాడులపై ప్రతిక్రియ చూపుతుంది. వివిధమ్మైన ఇంద్రియ వ్యాపారములను శాస్త్రీయ పద్ధతిలో మలచడం ద్వారా ఆ ప్రతిక్రియను ఆయా

కేంద్రముల వైపు త్రిప్పవచ్చు. స్పర్శ ఇంద్రియం వాయువుతో, శ్రవణ ఇంద్రియం ఆకాశంతో అనుబంధం కలిగి ఉంటాయి. వాయువు, ఆకాశము ఇతర భూతములకన్న సూక్ష్మమైనవి. అందువల్ల అవి ప్రకంపన తరంగములద్వారా పనిచేస్తాయి. వివిధ వర్ణముల ధ్వనులు ఇడా, పింగళా, సుషుమ్నా నాడీ వ్యవస్థలపైన, ఆరు చక్రములపైన, పంచ మహాభూతములపైన అందుకు అనుగుణమైన ప్రకంపనములను కలిగిస్తాయని చూచి ఉన్నాము. అయితే, సుషుమ్నా ద్వారా ప్రకంపనాలను కలిగించే ధ్వనులు మాత్రమే యోగికి ఆసక్తికరమైనవి. అందువల్ల ఎ ఐ ఒ ఔ య్ ర్ ల్ వ్ శ్ ష్ స్ హ, విసర్గ, అనునాసిక ధ్వనులు మంత్రములలో వాడతారు. అవి సుషుమ్నా ద్వారా కుండలినిని మేలు కొల్పడానికి ఉపకరిస్తాయి. సంస్కృత మంత్రములు, భగవన్నామములు సాధారణంగా అలాంటి వర్ణములతో కూర్చబడతాయి. ఉదాహరణకు- ఓమ్ హరి హర రామ శివ ఈశ హ్రీమ్ ఐమ్ శ్రీమ్ హమ్- మోక్ష ప్రాప్తి కొరకు జపించే మంత్రాలు సాధారణంగా నమః, స్వాహా, హమ్ వంటి శబ్దములతో అంతమవుతాయి. తరచు 'క' అనే వర్గమును కూడ చేర్చుతారు. శంకర, కృష్ణ, కాళి; క్లీమ్ వంటి వాటిలోవలె. ఎందుకంటే, 'క' బ్రహ్మ పదార్థమునకు ప్రతీక-'కం బ్రహ్మ'.

అచ్చులు చివరలో లేనిదే హల్లులను ఉచ్చరించలేము. అందువల్ల సంస్కృత లిపిలోని ప్రతి హల్లు 'అ'తో అంతమయే ఏకాక్షర శబ్దము. ఉదాహరణకు 'క్' అనే హల్లు 'అ' అనే అచ్చు అంతంలో లేనిది. కనుక ఉచ్చారణకు వీలు పడనిది. 'క—క్+అ' ఉచ్చారణకు వీలైనది. ప్రతి వర్ణమూ అర్థం కలిగిన ఏకాక్షర శబ్దము. ప్రతివర్ణమూ ప్రథమా విభక్తి, ఏకవచనము, నపుంసక లింగములో కం, ఖం వంటి రూపము లలో ఉంటుంది. ఆ రూపములో ఉన్న ఒక్కొక్క వర్ణము ఒక్కొక్క

ఏకాక్షర మంత్రము. అక్షమాలోపనిషద్ ప్రకారం ఆ ఏకాక్షర మంత్రముల అర్ధములు ఇలా ఉన్నాయి.

అం - సర్వవ్యాపి, చిరంతనము. ఆం - విశ్వజనీనమైన ఆకర్షణ శక్తి. ఇం - శాంతియుతమైన సంవర్ధన శక్తి. ఈం - స్వచ్ఛము, భాషణ శక్తి. ఉం - అన్ని శక్తుల సారం. ఊం - దుర్భరమైన బహిష్కరణ శక్తి. ఋం - మానసిక ఆందోళన. ౠం - శుభప్రదమైన సమ్మోహన శక్తి. ఌం - ద్వేషమును కలిగించే సమ్మోహన శక్తి. ౡం - సమ్మోహన శక్తి. ఏం - స్వచ్ఛతమము. ఐం - అందరినీ ఆకర్షించే స్వచ్ఛతమమైన శక్తి. ఓం - నిత్య స్వచ్ఛమైన శబ్దబ్రహ్మ. ఔం - అన్ని శబ్దములను ఆవరించినది, ఆకర్షణీయమైనది. అం - జంతువులపై సమ్మోహన ప్రభావము. అః - మృత్యువును నాశనము చేయునది. కం - శుభకరము, అన్ని విషములకు విరుగుడు. ఖం - అన్నింటినీ భంగపరచు. గం - విఘ్నములను తొలగించు. ఘం - సుస్థిరతను ప్రసాదించు. ఙం - ఘోర విషములకు విరుగుడు. చం - క్రూరము, సౌకర్యములను నశింపజేయు. ఛం - భూతప్రేత పిశాచములను తొలగించు. జం - చాతబడులకు విరుగుడు. ఝం - భూతప్రేత పిశాచములను నశింపజేయు. ఞం - మృత్యువును జయించునది. టం - అదృష్టము కలిగిన; రోగములు అన్నింటినీ నయము చేయునది. ఠం - చంద్ర సంబంధము. డం - విషములకు విరుగుడు. ఢం - అదృష్టమును కలిగించునది. ణం - సిద్ధులు ప్రసాదించునది. తం - సంతోషముతో నిండిన; అదృష్టములను ఇచ్చునది. థం - స్వచ్ఛమైన; సద్గుణములను నిర్మించునది. దం - ఆహ్లాదకరమైన; గొప్పతనమును ఇచ్చునది. ధం - విషజ్వరములను పోగొట్టునది. నం - సుఖములను, మోక్షమును శాంతియుతముగా ఇచ్చునది. పం - విషమమైన; విషరూపములో ఉన్న విఘ్నములను నశింపజేయునది. ఫం - అణిమాది సిద్ధులను ఇస్తూ

మెరుస్తూ ఉండేది. బం - అందమైన; దురలవాట్లను నాశనము చేయునది. భం - భూతప్రేత పిశాచములను నాశనము చేయునది. మం - శత్రువులను సమ్మోహన పరచునది. యం - సర్వవ్యాపకమై, పవిత్రతను కలిగించునది. రం - అగ్ని. లం - ప్రపంచాన్ని రక్షించే మెరిసే వస్తువు. వం - శుద్ధజలము. షం - స్వచ్ఛమైనది; ఫలములను ఇచ్చునది. శం - తెల్లని; సద్గుణములను సంపదను ఇచ్చునది, కోరికలను తీర్చునది. సం - మూల కారణము. హం - స్వచ్ఛమైన; భాషణమునకు సంబంధించిన. ళం - శక్తిని ఇచ్చువానిలో ప్రముఖమైనది. క్షం - వెలుగునకు నిలయము; పాపములను క్షమించడం ద్వారా అత్యున్నత స్థితిని సాధించుటలో సహాయకారి.

వివిధ అచ్చులు చివర ఉన్న రెండు కాని, అంతకన్న ఎక్కువ కాని వర్ణములు మరింత పెద్ద శబ్దములను కూర్చుతాయి. ఈ శబ్దములకు అర్థం ఉంటుంది. అనేక శబ్దములు కలిగిన మంత్రమునకు అంతకూ కలిపి అర్థంఉంటుంది. అయితే, ఆ మంత్రం ఫలించాలంటే, ప్రతివర్ణము, ప్రతి పదము విడివిడిగాను, ఉమ్మడిగాను తమ తమ సత్ ప్రభావాలను ప్రసరించేవిగా ఉండాలి. మంత్రములోని శబ్దములలో ఉన్న అన్ని వర్ణములను—హల్లులను, అచ్చులను—వాటి సామూహిక ఉచ్చారణవల్ల కోరిన ఫలితం లభించే విధంగా ఎన్నుకోవాలి. అమర్చాలి. ఉదాహరణకు—"నమః శివాయ" అనేది ఒక మంత్రం. అందులో రెండు శబ్దములు, వివిధ అచ్చులు చివరగా ఉన్న ఐదు వర్ణములు ఉన్నాయి. మొత్తం మంత్రం ఒక పూర్తి వాక్యం. శివునకు నమస్సు — అనేది దాని అర్థం. శివ అనే శబ్దం ఒక దేవుని పేరు. శివ అంటే శుభములు ఇచ్చువాడు అనే అర్థంకూడ ఉన్నది. మంత్రంలోని ప్రతి హల్లుకూ, ప్రతి అచ్చుకూ ఉచ్చారణ, ధ్వని, అర్థము అనే మూడు విధములుగా శుభములను ఇచ్చే శక్తి ఉన్నది.

'ఓమ్'ను ప్రణవం అని పిలుస్తారు. అది శబ్దబ్రహ్మ. ఓంకారమును జపించడంవల్ల ప్రాణములు అన్నీ పరమాత్మకు ప్రణామంచేస్తాయి. కనుక దానిని ప్రణవం అన్నారని అథర్వశిఖోపనిషద్ చెపుతున్నది. "ప్రాణాన్ సర్వాన్ పరమాత్మని ప్రణామయతీత్యే తస్మాత్ ప్రణవః" ఆ విధంగా ఎందుకు జరుగుతుందంటే— ఓంకారమును ఉచ్చరించడం వల్ల ప్రాణ ప్రవాహములు సుషుమ్న ద్వారా పైకి సహస్రారమునకు ప్రవహించి, అక్కడ పరమాత్మలో లీనమవుతాయి. ఆ విధంగానే, సుషుమ్నతో సంబంధం కలిగిన వర్ణములుగల రామ్, హరివంటి భగవన్నామమువల్ల కూడ అదే ఫలితం కలుగుతుంది. 'అల్లా' అనే అరబ్బీ శబ్దం పై పరీక్షకు నిలుస్తుంది. "గాడ్", "ఖుదా" అనే శబ్దములు పై పరీక్షకు నిలవవు. అందువల్ల మహమ్మదీయులు "అల్లాహు" అనే మంత్రాన్ని జపిస్తారు. అయితే, మంత్ర చివర వారు 'హమ్'కు బదులు 'హుహ్' వాడతారు, విసర్గ శక్తిని ఇస్తుంది. 'హుమ్' అనే అనునాసిక ధ్వని మనస్సును ఆత్మపదార్థంలోనికి తీసుకొనిపోతుంది. "ఓమ్ మణీ పద్మే హుమ్" అనే మంత్రంలో బౌద్ధులు 'హుమ్'ను చివర చేర్చారు. 'హుహ్' శక్తినీ, 'హుమ్' సమాధిని సిద్ధింపజేస్తాయని అనిపిస్తుంది.

అన్ని శబ్దములకూ అర్థాలు ఉంటాయి. కొన్ని కొన్ని స్వరాలతో వాటిని ఉచ్చరించడంవల్ల ఉచ్చరించే వారియొక్క, వినేవారియొక్క మనస్సులమీద ఆయా ప్రభావాలు ప్రసరిస్తాయి. కొన్ని మంత్రాల ఉచ్చారణలో కొన్ని ప్రభావాలు ఇమిడి ఉన్నాయి. మంచివీ, చెడువీ ప్రకంపనాలు ఇమిడి ఉన్నాయి. కుండలినిని మేలుకొల్పడానికి వాడే మంత్రాలు ప్రాణ ప్రభావాలను ఆయా నాడీ మార్గాలద్వారా పంపగలిగే విధంగా ప్రత్యేకంగా రూపొందించబడతాయి. అయితే, మంత్రములోని శబ్దములు ఆ శక్తి పని చేయడానికి భౌతికమైన వాహికలు మాత్రమే. పుస్తకం యొక్క పుటలలోని కాగితం, సిరా వాటికి ఆ శక్తిని సమకూర్చజాలవు.

అందువల్ల, ఆ శక్తిని స్వయంగా సంపాదించిన వ్యక్తులు అటువంటి మంత్రములను ప్రత్యక్షంగా ఉచ్చరించడం అవసరం అవుతుంది. అటువంటి వ్యక్తులనుండి పొందిన మంత్రములను శక్తి సంపుటిత మంత్రములు అంటారు. అనగా ఆధ్యాత్మిక శక్తితో నింపబడిన మంత్రములు. జపించే వ్యక్తియొక్క కుండలినీ శక్తిని మేలుకొలిపే సామర్థ్యం, ఆతనిని ఆధ్యాత్మికతతో నింపే సామర్థ్యం అటువంటి మంత్రములకు మాత్రమే ఉంటుంది. మంత్రములు పలు విధములు. అతీత శక్తులను కొన్నింటిని ఆవాహన చేసే సామర్థ్యం వాటికి ఉంటుంది. ఒక మంత్రం కుండలినిని మేలుకొలిపితే, అది చైతన్యవంతం అయిందని చెపుతారు.

మంత్రాలను బిగ్గరగాను, ఇతరులకు వినపడకుండా నెమ్మదిగాను, మనస్సులోను జపించవచ్చు. మనస్సులో జపిస్తే ప్రభావం హెచ్చుగా ఉంటుంది. అయితే, ప్రారంభంలో బిగ్గరగా జపించడం ప్రయోజనకరం. ఎందుకంటే, వాని ధ్వని మనస్సు ఇతర విషయాల మీదకు బయటకు ప్రసరించకుండా చేస్తుంది. మనస్సును జపంమీదనే లగ్నం చేయిస్తుంది. క్రమంగా మనస్సు ధ్వనియొక్క ఆధారాన్ని వదిలే విధంగా శిక్షణ పొందుతుంది. మంత్రంలోని అర్థంమీద లగ్నం అవుతుంది. శక్తి మేలుకొన్నప్పుడు, ఆమె మనస్సును తన ఆధీనంలోనికి తీసుకుంటుంది. ఆమె ప్రసరించే శాంతియుత ప్రభావాన్ని ఆస్వాదించడం ప్రారంభిస్తాడు వ్యక్తి.

వేధమయూ :

తతో వేధమయీం వక్ష్యే దీక్షాం సంసారమోచినీమ్।
శివశక్తిమయీం దేవీం చేతనామాత్ర విగ్రహామ్॥
సూక్ష్మాం సూక్ష్మతరాం శక్తిం భిత్వా షట్చక్రమంజసా।
గచ్ఛన్తి మధ్యమార్గేణ దివ్యాం పరశివావధిమ్॥

"సంసార బంధమునుండి విముక్తి చేసే వేధమయీ దీక్షను నేను ఇప్పుడు చెపుతునున్నాను. దివ్య చైతన్య విగ్రహము, శివశక్తి అవతారము అయిన కుండలినీ దేవత యొక్క సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన శక్తితో షట్ చక్రములను ఒక్కసారిగా ఛేదించి, సుషుమ్నా యొక్క మధ్యమార్గము ద్వారా దీక్షితులైన వ్యక్తులు పరమ శివుని చేరుకుంటారు."

మేలుకొన్న కుండలిని వెన్నెముక అట్టడుగు కొనవద్ద సుషుమ్నా ద్వారాన్ని ఛేదిస్తుంది. సహస్రారంలో ఉన్న తన ప్రభువును చేరుకోవడానికి జరిపే ఊర్ధ్వ ప్రయాణంలో ఆరు చక్రాలను ఒకదాని తర్వాత ఒకటిగా ఛేదిస్తుంది. ఆ ఆరు చక్రాలకు పంచ మహాభూతములతో సంబంధం ఉంది కనుక, ఆమె ఆ చక్రాలను ఛేదించడంలో వాటిని ఛేదిస్తుంది. అది ఏవిధంగా జరుగుతుందో శంకరాచార్యులు సౌందర్య లహరిలో ఇలా వర్ణించారు.

మహీం మూలాధారే కమపి, మణిపూరే హుతవహమ్;
స్థితం స్వాధిష్ఠానే, హృది మరుతమాకాశముపరం ।
మనోఽపి భ్రూమధ్యే సకలమపి భిత్వా కులపథమ్;
సహస్రారే పద్మే సహ రహసి పత్యా విహరసి ॥

(సౌందర్యలహరి–9)

"తల్లీ ! మూలాధారంలో పృథ్వివి, ఆపస్సు, మణిపురంలో అగ్ని, స్వాధిష్ఠానంలో పీఠము, హృదయంలో వాయువు, ఆపైన ఆకాశము, భ్రూమధ్యంలో మనస్సు- ఈవిధంగా ఏకాంతంలో సహస్ర దళ పద్మంపై ఉన్న శక్తి మార్గమును ఛేదించి, నీవు నీ పతితో విహరిస్తావు."

10)

ఆరవది అయిన ఆజ్ఞా చక్రం భ్రూమధ్య స్థానంలో ఉంటుంది. ప్రాణశక్తి మరింతపైకి వెళ్ళినప్పుడు ఉన్నతోన్నత భూమికల మాలిక ప్రారంభమై, అత్యున్నతమైన సహస్రారంతో ముగుస్తుంది. ఆ భూమికల పేర్లు : బిందు, అర్ధేందు (అర్ధచంద్రుడు), నిరోధిక (కేంద్రీకరణ శక్తి), నాద, నాదాంత, శక్తి, వ్యాపికా, సమని (మనస్సుతో) ఉన్మని (మనోరహితత్వం), ప్రతిష్ఠా (స్థిరత్వం). మనస్సు ఈ భూమికలకు ఎదిగినపుడు - చంద్రుడు, సూర్యుడు, నక్షత్రములు, అగ్ని, మెరపు, జ్యోతి వంటి వివిధ రూపములలో వెలుగు అంతర్ దృష్టికి సాక్షాత్కరిస్తుంది. ఘంట, మృదంగం, వంశీ వంటి నాదములు, చివరకు ఉరుము అంతర్ శ్రవణమునకు వినిపిస్తాయి. అపుడు మనస్సు వానికి వశమైపోతుంది. స్పృహ కోల్పోతుంది. వానిలో లీనమవుతుంది. అది లయ యోగం. మనస్సు బాగా గట్టిపడినప్పుడు దానికి స్థిరత్వం లభిస్తుంది. చంచలత్వం నశిస్తుంది. ఆనందయుతమైన ప్రశాంతతను చవిచూస్తుంది. శూన్యంగా, భావనా రహితంగా, వాంఛారహితంగా ఉండడం అలవరచుకుంటుంది. ఈదశలో రాజయోగం ఉదయిస్తుంది. రాజయోగం పేరులోనే ఉన్నవిధంగా- ప్రకాశిస్తుంది.

వేధమయీ అత్యున్నత స్థితి పైన పేర్కొన్న కుండలిని యొక్క మూడు దశలనూ కూడి ఉంటుంది. వేధమయిగా మేలుకొనడంతో ఆరు లక్షణములు వ్యక్తమవుతాయి : పరమానంద అనుభూతి శరీరమంతా కంపించడం, క్రొత్తగా ఉదయించిన ఒక శక్తి, మూర్ఛ, నిద్ర, చైతన్యం విలీనం కావడం.

ఆనందశ్చైవ కంపశ్చోద్భవో ఘూర్ణా కులేశ్వరి ।
నిద్రా మూర్ఛా చ వేధస్య షడవస్థాః ప్రకీర్తితాః ॥

మాయ యొక్క ఆవరణం నుండి జీవాత్మ పరిణామం చెందడంతో, ఆంతరికంగా ఉన్న ఆత్మశక్తులు వెలికివచ్చి వెలుగొందడం ప్రారంభిస్తాయి. ఆ శక్తులను అతీత శక్తులు అని వ్యవహరిస్తారు. ఆత్మతత్వానికి సహజంగా ఉండే ఆంతరిక శక్తులే అవి. యోగి తన జీవాత్మను తెలుసుకొన్న మేరకు యోగిలో ఆ శక్తులు క్రమ పద్ధతిలో వికసిస్తాయి. ఒక వ్యక్తియొక్క ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి సూచనలు అవి. వ్యక్తి వాటినే పట్టుకుని వ్రేళ్ళాడితే, అవి అతని ప్రగతికి ప్రతిబంధకాలుగా మారే అవకాశం ఉన్నది. అయితే, ఆ ప్రమాదాన్ని గుర్తించి ఎల్లవేళలా మెలకువతో ఉండే యోగి వాటిని తన పురోగమనంలో తనకు అనుకూలంగా మలచుకుంటాడు నిష్కామంగా.

ఆరు చక్రములు వెన్నెముక లోపల ఉన్నప్పటికీ, నాడీమండలం అంతనూ అదుపు చేస్తాయి. స్వతంత్ర నాడీ మండలమును, సంకల్ప శక్తి క్రింద పని చేసే క్రియావహ నాడులను, జ్ఞానవహ నాడులను అదుపు చేస్తాయి. స్వతంత్ర నాడీ మండలములోని వివిధ జాలకములు, వ్యక్తి యొక్క సంకల్ప శక్తి క్రింద పని చేసే క్రియావహ నాడీ మండలము పరస్పర సంబంధము కలిగినవి. అందువల్ల పరస్పరం ప్రభావితం అవుతాయి. వెన్నుబాము తన 32 ఎముకలలో ప్రతి ఎముక ద్వారా శరీరంలోని రెండుపైపుల నుండి రెండు నాడులను స్వీకరిస్తుంది. మెదడులోని వివిధ కేంద్రములకు నాడీ తన్తువులను పంపుతుంది. భ్రూమధ్యం సమీపంలో ఆజ్ఞా చక్రంవద్ద వెన్నుబాము కుడి ఎడమల నుండివచ్చే నాడీ తన్తువులు తారసపడి, దిశలు మార్చుకుంటాయి. ఇవి ప్రధానంగా సంకల్ప శక్తి క్రింద పనిచేసే క్రియావహ నాడులు. అందువల్ల - మెదడులోని ఈ కేంద్రములలో కొన్నింటి పని ఆగిపోయినపుడు, ఎదుటిపైపున ఉండే ఆయా అవయవములు చచ్చుపడిపోతాయి. సమవేదన నాడీ మండలము, మధ్యమ నాడీ మండలము ప్రాణ, అపాన,

సమాన, వ్యానస, ఉదానముల క్రియాశక్తికి లోబడి పనిచేస్తాయి. ఇవి స్వతంత్ర మండలములు. క్రియావహ నాడులు శరీరంలోని వివిధ అవయవములను అదుపు చేస్తాయి. సంకల్ప శక్తికి లోబడి వాటిని పని చేయిస్తాయి. జ్ఞానవహ నాడులు బుద్ధికిలోబడి పనిచేస్తాయి. అందువల్ల-క్రియావహ మండలం కర్మేంద్రియాలను నడుపుతుంది. జ్ఞానవహ నాడులు జ్ఞానేంద్రియములను నడుపుతాయి.

మొదటిది మనస్సును శరీరంయొక్క కదలికలతో కలుపుతుంది. రెండవది బుద్ధిని శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములనే పంచతన్మాత్రలతో కలుపుతుంది. ఆ తన్మాత్రలు వరుసగా ఆకాశం, వాయువు, తేజస్సు,నీరు పృథివి అనే పంచ మహా భూతములకు చెందినవి. ఐదు తన్మాత్రలు, ఐదు కర్మేంద్రియాలు, ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు, మనస్సు, బుద్ధిలతో కూడిన సూక్ష్మశరీరం భౌతిక శరీరంతో సన్నిహిత సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. (సూక్ష్మరసంతో కూడిన) ప్రాణమయ కోశం ఈ రెంటినీ జోడిస్తుంది. సమవేదన మండలమునకు చెందిన ప్రాణ అపానములు కలిసినపుడు,అవి వెన్నెముకను వేడుచేస్తాయి. ఆరు చక్రములను భేదిస్తాయి. మూలాధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపుర, అనాహత,విశుద్ధ చక్రములు ఒక దాని తర్వాత ఒకటి ఛేదింపబడుతున్నపుడు పృథివి, నీరు, తేజస్సు వాయువు, ఆకాశములకు చెందిన బహిష్కరణ, లైంగిక, గమన, గ్రహణ, వాక్ శక్తులు ఛేదింపబడతాయి. వ్యక్తికి తన భౌతిక శరీరం మీద పూర్తి అదుపు లభిస్తుంది. సుషుమ్నలోని ఆరవ ఆజ్ఞా చక్రం ఛేదింపబడినపుడు ప్రాణ శక్తి నాల్గవ అర ద్వారా పైకి వెళుతుంది. మనస్సు ఇంద్రియములనుండి విడివడుతుంది. వ్యక్తికి దివ్య విషయవత్ ప్రవృత్తులు (అతీత శక్తులు) అలవడతాయి. ఎందుకంటే, పంచేంద్రియములకు స్థానమైన చిన్న మెదడు ఆజ్ఞా చక్రమునకు (భ్రూమధ్యమునకు) కొద్ది ఎగువన అనుమస్తిష్కం వెనుక ఉంటుంది. దానిని మానస

చక్రం అంటారు. దానికి ఆరు వ్యాసార్ధాలు ఉంటాయి. ఐదు వ్యాసార్ధాలు ఐదు ఇంద్రియాలకు చెందినవి. ఆరవది స్వప్నములకు చెందినది. అందువల్ల ఈ చక్రం ద్వారా ఇంద్రియముల పైన, నిద్రపైన అదుపు లభిస్తుంది. ఆ విధంగా భౌతిక శరీరంనుండి కర్మేంద్రియములను, జ్ఞానేంద్రియములను పూర్తిగా వేరుచేయడం సాధ్యపడుతుంది. భౌతిక శరీరంతో తనకు ఉన్న సంబంధం కారణంగా ఏర్పడిన కల్లోలపరచే ప్రవృత్తులు అన్నింటినుండి బుద్ధి విముక్తి పొందుతుంది పృథివి,నీరు తేజస్సు, వాయువు, ఆకాశము అనే పంచ మహాభూతములు వాటికిచెందిన గంధ, రస, రూప, స్పర్శ, శబ్దములనే తన్మాత్రలతో వాటికి సంబంధించిన ఐదు జ్ఞానేంద్రియములద్వారా, ఐదు కర్మేంద్రియముల ద్వారా మనస్సును బంధించివేస్తాయి. ఆజ్ఞా చక్రం సమీపంలో ఉన్న మానస చక్రం ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలకు స్థానము. మానస చక్రమును ఛేదించాలంటే, మొదట దివ్య విషయవతి ప్రవృత్తులను పెంపొందించుకోవాలి. మనస్సును నాసికాగ్రం వద్ద, నాలుకవద్ద, తాలువు వద్ద, నాలుక మధ్య భాగంవద్ద, నాలుక మొదటిలోఉన్న ఆయా జ్ఞానవహ నాడులపై లగ్నం చేయడంద్వారా ఈ శక్తులను సంపాదించవచ్చు. ఈ స్థలాల వద్ద మనస్సును లగ్నం చేయడంద్వారా గంధ, రస, రూప, స్పర్శ, శబ్దముల అతీంద్రియ శక్తి యోగికి అలవడుతుంది. అనగా, ఆయా భౌతిక విషయములు లేనప్పటికీ ఆ ఇంద్రియ అనుభవాలను పొందగలుగుతాడు. భౌతిక శరీరంయొక్క పృథివీ తత్వంనుండి సూక్ష్మ శరీరమును వేరుచేయడానికై వ్యక్తి తన మనస్సును మూలాధారంపైన,నాసికాగ్రం పైన లగ్నం చేయాలి. జల తత్వంనుండి సూక్ష్మశరీరమును వేరు చేయడానికై స్వాధిష్ఠాన చక్రంపైన, నాలుక చివరి భాగంపైన మనస్సును లగ్నం చేయాలి, తేజో తత్వంనుండి వేరు చేయడానికై మణిపురపైన, అంగుడిపైన లగ్నం చేయాలి. వాయు తత్వంనుండి వేరుచేయడానికై

అనాహతపైన, నాలుక మధ్య భాగంపైన లగ్నం చేయాలి. ఆకాశతత్వం నుండి వేరుచేయడానికై విశుద్ధ చక్రంపైన, నాలుక మొదటి భాగం పైన లగ్నం చేయాలి. యోగదర్శనంపై వ్యాస భాష్యం (1:35, 36) చూడండి. *

అతీంద్రియ శక్తులను సంపాదించినప్పుడు వ్యక్తి సర్వసమగ్ర మైన దిగువ సాధనను చేపట్టాలి. భౌతిక సుఖోపభోగములు అన్నింటి పైన మోహ బంధనాలను సమాధి స్థితిద్వారా సడలించుకోవాలి. ఎందు కంటే, అవి అతనిని భౌతిక శరీరంతో బంధిస్తాయి. ఆ తర్వాత తన మనస్సును నాడీమండలంలో నాడీమండలం ద్వారా దాని గమనంపైన లగ్నం చేయాలి.

> బంధకారణ శైథిల్యాత్ ప్రచార సంవేదనాచ్చ చిత్తశ్య
> పరశరీరావేశః। (యోగ దర్శనం 3-38)

బంధన కారణమును సడలించడం ద్వారా, (సమాధిద్వారా)నాడీ మండలం గుండా మనస్సుయొక్క గమనాన్ని తెలుసుకొనడంద్వారా- మనస్సును ఇతరుల శరీరములలోనికి ప్రవేశింపజేయవచ్చు. సంవేదన అనగా దివ్య స్పర్శ జ్ఞానం."

---

* విషయవతీ వా ప్రవృత్తిరుత్పన్నా మనసః స్థితినిబంధినీ (యోగదర్శనం 1-35)

సత్త్వపురుషయోరత్యన్తా సంకీర్ణయోః ప్రత్యయా విశేషో భోగః పరార్థాత్ స్వార్థ సంయమాత్ పురుషజ్ఞానమ్ (3-35)

తతః ప్రాతిభ శ్రావణవేదనా దర్శాస్వాదవార్తా జాయన్తే (3-36)

క్రియావహ, జ్ఞానవహాది కార్యకలాపములు భౌతిక శరీరంయొక్క నాడుల క్రియల ఫలితములని పాశ్చాత్య శరీరశాస్త్రం నమ్ముతున్నది. అయితే, ఇంద్రియములకు, మనస్సుకు భౌతిక శరీరమునకు అతీతమైన అస్తిత్వం ఉన్నదని, అవి నాడులద్వారా పనిచేస్తాయని, అందువల్ల వాటిని భౌతిక శరీరమునుండి వేరు చేయవచ్చునని, వేరు చేసిన స్థితిని అనుభూతి పొందవచ్చునని హిందువులు ప్రకటిస్తారు.

అందువల్ల మనస్సు భౌతికశరీరానికి అతీతంగా కూడ పనిచేయ గలుగుతుంది. మనస్సు ఇంద్రియ మార్గములద్వారా భౌతిక శరీరముతో కలసి బహిర్ముఖంగా ప్రవర్తిస్తూ ఉంటుంది. సాధారణంగా అయితే, ఈ క్రియా కలాపం భౌతిక పరిధికి పరిమితమై పోయింది. మనస్సును ఆ భౌతిక పరిధినుంచి విడుదలచేస్తే, దాని పరిధి విస్తృతం అవుతుంది. అది భౌతిక వ్యక్తిత్వానికి అతీతంగా పనిచేస్తుంది. మనస్సుయొక్క క్రియా కలాపములకు చెందిన ఈ రెండు దశలను కల్పితా వృత్తి, అకల్పితా వృత్తి అని పిలుస్తారు. అనగా కృత్రిమ ప్రవృత్తి, సహజ ప్రవృత్తి. అకల్పితా వృత్తిని "మహావిదేహా" అనికూడ పిలుస్తారు.

బహిరకల్పితా వృత్తిర్ మహావిదేహా తతః ప్రకాశావరణక్షయః।
(యోగ దర్శనం 3-43)

"వెలికి ప్రవహించే అకల్పిత వృత్తి మహావిదేహా. ఆ స్థితిని పొందినపుడు, ప్రకాశమును ఆవరించే మేఘములు విచ్చిపోతాయి."

"విదేహావృత్తి" దశలో భౌతిక శరీరంయొక్క స్పృహలేకుండా మనస్సు- మనో వ్యాపారములు పనిచేస్తాయి. భౌతక శరీరమునకు అతీతంగా వానియొక్క ఉనికి ప్రత్యక్ష అనుభవంలోనికి వస్తుంది.

భూ త జ య :

షట్ చక్ర వేధ (ఆరు చక్రములను ఛేదించడం) యొక్క మరొక ఫలితం, మరింత ఉన్నతమైన ఫలితం భూతజయం. అనగా,

మన భౌతిక శరీరము ఏ పంచ మహా భూతములతో తయారైనదో ఆ పృథివి, జలము, తేజస్సు, వాయువు, ఆకాశములపై పూర్తి అదుపు, సూక్ష్మశరీరమును భౌతిక శరీరమునుండి వేరుచేసే ప్రకిర్రియను నేర్చు కొన్న తర్వాత-మరో మెట్టు ఈ పంచ మహాభూతముల అమర్పును తన సంకల్పానికి అనుగుణం మార్చే ప్రకిర్రియను నేర్చుకోవడం.యోగి తన శరీరములోని పంచమహా భూతముల అనుపాతము సైతం మార్చ గలుగుతాడు. ఏ భూతములయొక్క అనుపాతమును అయినా హెచ్చించ గలుగుతాడు. తగ్గించగలుగుతాడు. ఆ విధంగా తన శరీరమును తాను కోరినట్లు బరువుగా తేలికగా, వేడిగా, చల్లగా చేయగలుగుతాడు. పృథివీ భాగాన్ని జల భాగంగా, తేజోభాగంగా, వాయు భాగంగా, లేదా ఆకాశ భాగంగా మార్చగలుగుతాడు. ఆ భాగాలను పృథివీ భాగంగా మార్చ గలుగుతాడు. కబీర్, మీరాబాయి, ఇతర యోగులు తాము పరబ్రహ్మలో లీనమయ్యే సమయంలో తమ శరీరాలను వదలివేసే బదులు వాటిని పంచ మహా భూతములుగా వేరు చేసినట్లు చెపుతారు.

యోగదర్శనం భూత జయా సిద్ధిని ఇలా పేర్కొన్నది (3-44)
స్థూలస్వరూప సూక్ష్మాన్వయార్థవత్త్వ సంయామాద్ భూతజయః॥

"స్థూల త్వతములు, వాని లక్షణములు, వాని సూక్ష్మరూపములైన తన్మాత్రలు, వాని సూక్ష్మతర కారణములైన సత్త్వరజస్తమో గుణములు, మోహంద్వారా జీవాత్మను బంధించి ఉంచడానికి వానికిగల సామర్థ్యం, మోహరాహిత్యం ద్వారా జీవాత్మను బంధనాలనుంచి విముక్తి చేయ డానికి వానికిగల సామర్థ్యం-అన్నింటిపై సంయమ సమాధి ద్వారా మన స్సును లగ్నం చేయడంవల్ల యోగి పంచమహా భూతములపై పూర్తి అదుపును సంపాదిస్తాడు.

ఇంద్రియ జయః

ఆ తర్వాత అతడు మనస్సుపైన, ఇంద్రియములపైన అదుపు సంపాదిస్తాడు. అది "ఇంద్రిజయ". అనంతరం ప్రకృతిపైన అదుపు సంపాదిస్తాడు. అది "ప్రకృతి జయ". చివరకు "సత్త్వపురుషన్యతా ఖ్యాతి"ని సంపాదిస్తాడు. అనగా ఆత్మ బుద్ధికన్న వేరైనదనే జ్ఞాన యోగదర్శనం సూత్రములు 3-47, 3-48, 3-49 చూడండి.

గ్రహణ స్వరూపాస్మితాన్వయార్థవత్త్వసంయమాద్ ఇంద్రియ జయః। (3-47)

"జ్ఞానేంద్రియములు, వాని లక్షణములు, అస్మిత, సత్త్వరజస్తమో గుణముల మూలకారణము. మోహంద్వారా జీవాత్మను బంధించి ఉంచడానికి వానికి గల సామర్థ్యము, మోహరాహిత్యం ద్వారా జీవాత్మను బంధనాలనుండి విముక్తి చేయడానికి వానికిగల సామర్థ్యము-అన్నింటిపై సంయమ సమాధిద్వారా మనస్సును లగ్నం చేయడంవల్ల యోగి ఇంద్రియములపై పూర్తి అదుపును సంపాదిస్తాడు.

తతో మనోజవిత్త్వం వికరణ భావః ప్రధానజయశ్చ॥ (3-48)

"ఆ తర్వాత మనోజవిత్త్వం (భౌతిక శరీరమును మనోవేగముతో ప్రయాణం చేయించడం), వికరణ భావం (ఇంద్రియాలతో సంబంధం లేకుండా తెలుసుకోవడం-పైన పేర్కొన్న అకల్పితా మహా విదేహవృత్తి), ప్రధాన జయం (తొలి సృష్టితత్వంపై అదుపు) లభిస్తాయి."

సత్త్వపురుషాన్యతాఖ్యాతి మాత్రస్య సర్వభావాధిష్ఠాతృత్వం సర్వజ్ఞాతృత్వంచ॥ 3-49

"పురుషుడు (ఆత్మ), సత్వము (బుద్ధి) వేరు వేరు అనే జ్ఞానము కలిగినయోగి సర్వ శక్తులను, సర్వజ్ఞానమును సంపాదిస్తాడు."

వేధమయి ప్రధానంగా క్రియవహ వ్యవస్థపైన, పరోక్షంగా స్వతంత్ర వ్యవస్థపైన, జ్ఞానవహ వ్యవస్థపైన పనిచేస్తుంది. క్రియాశక్తి స్వతంత్ర వ్యవస్థపై పనిచేస్తుంది. క్రియాశక్తి సహాయంతో ఇచ్ఛాశక్తి క్రియావహ వ్యవస్థపై పనిచేస్తుంది. క్రియాశక్తి సహాయంతో జ్ఞానశక్తి జ్ఞానవహ వ్యవస్థపై పనిచేస్తుంది. యోగప్రక్రియలు అన్నింటిలో క్రియావహ వ్యవస్థపై పనిచేసే రెండవది అతి ప్రధానమైన పాత్రవహిస్తుంది. ఆ ప్రక్రియలు స్వతంత్ర, జ్ఞానవహ వ్యవస్థలపై పరోక్షంగా పనిచేస్తాయి. యోగి తన పయనంలో ముందుకు వెళ్ళిన కొలదీ, అవి ఉన్నతభూమికలను కొనిపోబడతాయి. ఇచ్ఛాశక్తి క్రియావహ వ్యవస్థను మాత్రమే ప్రత్యక్షంగా అదుపుచేస్తుంది. నడుపుతుంది. అయితే, పరోక్షంగా ఇతర వ్యవస్థలను కూడ-అదుపుచేయగలుగుతుంది.

ఆరు చక్రములు ప్రధానంగా క్రియావహ వ్యవస్థయొక్క కేంద్రములు. ఆజ్ఞా చక్రంలో కూడా దాని భేదనంవల్ల క్రియావహ వ్యవస్థ మాత్రమే ప్రభావితం అవుతుంది. అయితే మనస్సును క్రియావహ వ్యవస్థనుండి వేరు చేసినపుడు మనస్సుకు బలం కలుగుతుంది. దానికి సమాధిలోని సంతులనం లభిస్తుంది. జ్ఞానవహ కేంద్రములనుండి కూడా తనను తాను వేరుచేసుకునే శక్తి సంపాదిస్తుంది.

యోగియొక్క ముఖ్యలక్ష్యం ప్రకృతియొక్క అన్ని భూమికల నుండి పురుషుని వేరుచేయడం. పురుషుడు, సత్త్వము (బుద్ధి) ఒకటే అనే విపర్యయ జ్ఞానం గాఢంగా నాటుకొని ఉండడం ఈ రెంటినీ బంధించే మొదటి బంధనం. ముఖ్య బంధనం. అస్మిత లేదా అహంకారం

యొక్క ఆధ్యాత్మిక పార్శ్వంపై తీవ్రంగా ధ్యానించడం ద్వారా పురుషుని యొక్క జ్ఞానం లభిస్తుంది. పురుషుడు-సత్త్వము వేరువేరని, అవి రెండూ ఒకటిగా కనపడటం భౌతిక సుఖోపభోగములకు దారి తీస్తుందని, సత్త్వమునుండి విభిన్నుడుగా పురుషుని యొక్క జ్ఞానము ఆధ్యాత్మిక పార్శ్వముపై ధ్యానము ద్వారా లభిస్తుందని పైన పేర్కొన్న 3-35 సూత్రంలో చెప్పబడింది. ఆ జ్ఞానమును పొందడం ద్వారా అతడు ప్రతిభను, వెలుగును, శ్రవణమును (అతీత శ్రవణ జ్ఞానమును "వేదనో" (అతీత స్పర్శజ్ఞానము)ను, ఆదర్శము (అతీతదృష్టి జ్ఞానము)ను, ఆస్వాద (అతీత జిహ్వాజ్ఞానము)ను, వార్తా (అతీత ఘ్రాణ జ్ఞానము)ను పొందుతాడు. యోగి తన మనస్సును, ఇంద్రియములను భౌతిక భూమికలనుండి వేరుచేయడంద్వారా మెట్లుమెట్లుగా పైకి పయనిస్తాడు. అతడు తన భౌతిక శరీరమునుండి తన సూక్ష్మ శరీరమును వేరుచేస్తాడు. ఆ తర్వాత ఇంద్రియముల నుండి తన మనస్సును, మనస్సునుండి బుద్ధిని చివరకు బుద్ధినుంచి పురుషుని వేరుచేస్తాడు.

కుండలిని జాగరణ లక్షణములు :

రచయిత గురుదేవులు శ్రీ 108 యోగానందజీ మహారాజ హిందీలో వ్రాసిన "మహాయోగ విజ్ఞాన" అను శాస్త్ర గ్రంథమునుండి కుండలినీ జాగరణవల్ల వ్యక్తిలో ఏర్పడే లక్షణాలు దిగువ ఇవ్వబడుతున్నాయి. ఇవి ఉదాహరణలు మాత్రమే. సమగ్రమైనవి కావు :

(1) మూలాధారం కదలాడడం ప్రారంభం అవుతుంది. శరీరమంతా కంపిస్తుంది. అనియంత్రితంగా కుంభకం (ఊపిరితిత్తులలో గాలి నిండడం) ప్రారంభం అవుతుంది. శ్వాస వేగంగా వెలికి వస్తుంది. గాఢ ఉచ్ఛ్వాసము, గాఢ నిశ్వాసము ప్రయత్నం లేకుండా జరుగుతాయి. శరీరం అదుపు తప్పుతుంది. అప్పుడు కుండలిని మేలుకొన్నదని

తెలుసుకో. అప్పుడు నీవు నీ పురుషకారాన్ని వదులుకోవాలి. జరుగుతున్నది సాక్షివలె చూస్తూ కూర్చోవాలి.

(2) శరీరం కంపించడం ప్రారంభిస్తే, రోమాంచం కలిగితే, నీకు తెలియకుండానే నీవు నవ్వుతూ ఉంటే, ఏడుస్తూ ఉంటే, నీ నాలుక వికృతమైన ధ్వనులు చేస్తూ ఉంటే, భయం నిన్ను ముంచెత్తితే, భయంకరమైన దృశ్యాలు నీకు కనపడితే, వీర్యం వెలికి వస్తే- కుండలినీ శక్తి క్రియాశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(3) నీ ఆసనం స్థిరపడితే, ఉడ్డియాన జలాంధర మూలబంధములు వాటికి అవిగా కుదిరితే, నీ నాలుక వెనుకకువెళితే లేదా కొండనాలుకపై పు పైకి వెళితే, నీ శరీరం అత్యంత క్రియాశీలమై నీవు స్థిరంగా కూర్చొనలేకపోతే, నీ చేతులూ కాళ్ళూ బలంగా ముందుకు సాగితే- కుండలినీ దేవతయొక్క దివ్యశక్తి పని చేస్తున్నదని నీవు గుర్తించాలి.

(4) నీ ఆసనం స్థిరపడితే, దృష్టి భ్రూమధ్యం వైపు ఆకర్షితం అయితే, కనుగ్రుడ్లు, గిరగిరా తిరగడం ప్రారంభమైతే, సహజసిద్ధంగా కేవల-కుంభకం లభిస్తే, ఉఛ్వాస నిశ్వాసముల కొరకు ప్రయత్నం లేకుండా శ్వాస అదుపులోనికి వస్తే, బాహ్యజ్ఞానం ఏమాత్రం లేకుండా మనస్సు శూన్యం అయితే- తొలి సృష్టి అయిన మహాశక్తి, మహామాయ, కుండలినీ దేవత పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(5) ప్రాణశక్తి ప్రవాహాలు నీ లోపల మెదడు వరకు పైకి ప్రవహిస్తున్నట్లు నీకు అనుభూతి కలిగితే, సహజసిద్ధంగా ఓంకార జపం ప్రారంభమైతే, మనస్సుకు ఆనంద పారవశ్యం అలలు అలలుగా ఎగసి వస్తున్న అనుభూతి కలిగితే - విశ్వజనని కుండలిని కార్యరూపం ధరించిందని గుర్తించు.

(6) పలు విధములైన నాదములు వినవచ్చినప్పుడు, నీ వెన్నెముకలో ప్రకంపనాలు జనించిన అనుభూతి కలిగినప్పుడు, శరీరంయొక్క ఉనికి స్పృహలో లేనప్పుడు, అనగా శరీరం లేదనే అనుభూతి నీకు కలిగినప్పుడు, అంతా శూన్యంగా కనిపించినప్పుడు, నీవు ఎంత ప్రయత్నించినా నీ కనురెప్పలు తెరచుకోవడంగాని, మూసుకోవడంగాని జరగనప్పుడు, నాడులలో పైనుండి క్రిందివరకు విద్యుత్ ప్రవాహములవంటి ప్రవాహములు ప్రవహిస్తున్నట్లు అనిపించినప్పుడు, కాళ్ళు చేతులు కొట్టుకున్నప్పుడు - మహామాయ కుండలిని క్రియాశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(7) కనులు మూతలుపడి శరీరం నేలమీద పడిపోయినప్పుడు, లేదా శరీరం తిరుగలిరాయిలా తిరగడం ప్రారంభించినప్పుడు, శ్వాస వెలికి రానప్పుడు, నేలమీద పద్మాసనంలో కూర్చొన్న శరీరం కప్పవలె గెంతడం ప్రారంభించినప్పుడు, లేదా ఒక స్థలంనుండి మరొక స్థలానికి కదులుతున్నప్పుడు, మరణించిన వ్యక్తివలె క్రిందపడి ఉన్నప్పుడు, కావాలని అనుకున్నా చేతులను పైకి ఎత్తలేనప్పుడు, నాడులు కుంచించుకుపోతున్న అనుభూతి కలిగినప్పుడు, ప్రాణం పోతున్నట్లు అనిపించినప్పుడు, చనిపోతున్న చేపవలె నీ శరీరం గిలగిల తన్నుకున్నప్పుడు- యోగమాయ కుండలిని పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(8) ఏదో ఒక శక్తి నీ శరీరాన్ని ఆవహించినట్లు నీ మనస్సు ప్రభావితం అయినప్పుడు, ఆ ప్రభావం కారణంగా అనియంత్రితంగానే యోగముద్రలు నిర్వహించినప్పుడు, ఏమాత్రం బాధకాని అలసట కాని లేకుండా నీవు గాలిలో తేలిపోతున్న అనుభూతిని పొందినప్పుడు, అదే సమయంలో చిత్రమైన శ్వాసప్రక్రియలు ప్రారంభమైనప్పుడు— కుండలిని యొక్క దివ్యశక్తి ఆచరణలోనికి వచ్చిందని తెలుసుకో.

(9) నీవు కళ్ళు మూసుకొని కూర్చొన్న వెంటనే నీ శరీరం లోని అవయవాలు బలవంతాన కొట్టుకొంటున్నప్పుడు, వికృతమైన ధ్వనులు బిగ్గరగా ఉచ్చరించబడినప్పుడు, జంతువులు, పక్షులు, కప్పలు, సింహములు, నక్కలు, కుక్కలు, పులులు చేసే ధ్వనులు నీ నోటినుండి వెలువడినప్పుడు, ఆ ధ్వనులు వినసొంపుగా కాక భయంకరంగా ఉన్నప్పుడు—మహాదేవత కుండలిని పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(10) నీ శరీరంలోని వివిధ స్థలాలలో ప్రాణశక్తి ప్రకంపనాలను నీవు అనుభూతి పొందినప్పుడు, నీవు ఎక్కడ నీ దృష్టిని లగ్నం చేస్తే అక్కడ ప్రాణశక్తి ప్రవాహం నీకు అనుభూతం అయినప్పుడు, నీ నాడులలో విద్యుత్తు ప్రవహిస్తున్నట్లు స్పందనలు కలిగినప్పుడు — కుండలినీ దేవత పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(11) నీ శరీరంలోపల రాత్రింబవళ్ళు ప్రాణశక్తి యొక్క కార్యకలాపం ఏదో ఒకటి నీకు అనుభూతం అయినప్పుడు, నీవు నీ మనస్సును లగ్నం చేసిన ప్రతిసమయంలో నీ శరీరం కంపించినపుడు లేదా ఎగిరిపడినప్పుడు, నీ మనస్సు ఎల్లవేళలా సంతోషంతో, ఆనందంతో నిండి ఉన్నప్పుడు, కాలకృత్యములు తీర్చుకునే సమయంలో సైతం ప్రాణశక్తి ప్రవాహాలు సహస్రారంలో పొంగుతున్న అనుభూతి కలిగినప్పుడు, స్వప్నములలో సైతం నీవు ఆమె విగ్రహాన్ని దర్శించిన అనుభూతి పొందినప్పుడు — ఆనంద సంధాయిని అయిన కుండలిని పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(12) నీ ప్రార్థనలకొరకు కూర్చొన్న వెంటనే నీ శరీరం వణకడం ప్రారంభిస్తే, శ్రవణపేయములైన సంగీత స్వరములతో నీవు ఆనంద పారవశ్యంలో స్తోత్రములు గానంచేయడం ప్రారంభిస్తే, ఆ స్తోత్రముల పదముల కూర్పులో కవితాశక్తి అనియంత్రితంగా వెలికి

వస్తే, నీచేతులు లయబద్ధంగా తాళం వేస్తూ ఉంటే, నీకు తెలియని భాషలు నీవు మాట్లాడితే, ఆ ధ్వని నీ మనస్సును ఆనందపారవశ్యంలో ముంచివేస్తే — వాగ్దేవి సరస్వతి మేలుకొని క్రియాశీలం అయినదని తెలుసుకో.

(13) ఎటువంటి ఔషధం తీసుకోకుండానే నీకు మత్తెక్కినట్లు అనిపించినప్పుడు, నడుస్తున్నప్పుడు నీ అడుగులు త్రాగిన వ్యక్తి అడుగులవలె తడబడితే, నీవు మరొక పని ఏదీ చేయలేకపోతే, నీవు మౌనంగా ఉండిపోతే, ఇతరులతో మాట్లాడటానికిగాని, ఇతరుల మాటలు వినడానికి గాని నీకు ఇష్టం లేకపోతే, దైవత్వ అమృతాన్ని ఆస్వాదించిన అనుభూతి నీకు కలిగితే - నీ ఆత్మశక్తి కుండలిని క్రియాశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(14) నీవు నడుస్తున్నప్పుడు, మరింత వేగంగా నడవాలనే ప్రేరణతో నీ మనస్సు నిండితే, నీ పాదాలు పరుగులు తీయడం ప్రారంభిస్తే, నీ శరీరం గాలివలె తేలిపోతున్న అనుభూతి నీకు కలిగితే నీకు ఉత్తేజం సంతోషం కలిగితే, స్వప్నావస్థలో సైతం నీకు విచారం అన్నది కలుగకపోతే, కష్టసుఖాలు అన్నింటిలోనీవు నీ మనస్సును తులనం తప్పకుండా కల్లోలితం కాకుండా ఉంచగలిగితే, నీవు అక్షయమైన క్రియాసామర్థ్యాన్ని సంపాదిస్తే — బ్రహ్మశక్తి కుండలిని కార్యశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(15) ధ్యానంలో ఉన్నప్పుడు నీకు దివ్యదృశ్యములు కనపడితే, నీ మనస్సు స్వప్నలోకాలలో విహరిస్తూ ఉంటే, నీకు దివ్యవాసనలు అనుభూతం అయితే, నీకు దివ్యవిగ్రహాలు కనిపిస్తే, దివ్యరుచులు అనుభూతం అయితే, దివ్యధ్వనులు వినిపిస్తే, దివ్యస్పర్శ అనుభూతం అయితే, దేవతల నుండి నీకు ఆదేశాలు అందుతూ ఉంటే — కుండలిని యొక్క దివ్యశక్తి కార్యశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(16) ధ్యానంలో ఉన్నప్పుడు భవిష్యత్తు తన రహస్యాలను నీకు విప్పిచెపితే, మత గ్రంథాలలోని రహస్యాలు నీకు అవగతం అయితే, వేదవేదాంగాలు నీలో వెలుగులు విరజిమ్మితే, సంశయాలన్నీ పటాపంచలు అయితే, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర గ్రంథాలను చూసీచూడగానే వానిలోని అంతరార్థాలు నీకు అవగాహన అయితే, అద్భుతమైన వక్తృత్వ శక్తులు నీకు అలవడితే, సృష్టికర్త అయిన బ్రహ్మనుసైతం జ్ఞానం కొరకు ప్రార్థించవలసిన అవసరంలేదని నీవు భావిస్తే, నీకు ఆత్మవిశ్వాసం అలవడితే — సిద్ధులను ప్రసాదించే కుండలిని కార్యశీలం అయిందని తెలుసుకో.

(17) ధ్యానంలో కూర్చొన్నప్పుడు నీ దృష్టి భ్రూమధ్యంలో లగ్నం అయితే, నీ నాలుక ఖేచరీ ముద్రకొరకు పైకిలేస్తే, శ్వాస ఆగిపోతే, మనస్సు ఆనందసాగరంలో మునకలు వేస్తూ ఉంటే, శాంభవీ ముద్ర అలవడితే, సవికల్ప సమాధిలోని ఆనందం నీకు అనుభూతం అయితే — కుండలిని యొక్క సూక్ష్మశక్తి పని ప్రారంభించిందని తెలుసుకో.

(18) ఉదయం, సాయంత్రం సరిగా వేళకు సహజంగా నీ శరీరం దివ్య ప్రభావాలతో నిండిపోయినప్పుడు, శరీరము, మనస్సు, ప్రాణము ఆమెకు స్వాధీనం అయిపోయినప్పుడు — కుండలినీ దేవత సక్రమంగా పనిచేస్తున్నదని తెలుసుకో.

—0—

# పదకొండవ అధ్యాయము

## మహాయోగ ఆధిక్యం

భగవానునితో ఐక్యం పొందడానికి రెండు మార్గాలు ఉన్నాయి. భగవానుడు స్వర్గలోకంలో నివసించే మహామానవుడనీ, దూరంనుండి ప్రపంచ వ్యవహారాలను పర్యవేక్షిస్తూ పరిపాలిస్తూ ఉంటాడని మామూలు వ్యక్తి ఊహించుకుంటాడు. ఆయన గురించిన తన కల్పన ప్రకారం ఆయనకు ప్రార్థన చేస్తాడు. ఆయనను ధ్యానం చేస్తాడు. ఆ వ్యక్తికి ఆధ్యాత్మికంగా కొంత మేలు చేసినప్పటికీ - నిజానికి ఇది భగవానునితో ఐక్యం పొందడం కాదు. తమ అవగాహని శక్తిని తాత్వికంగా మలచు కొన్నవారు దృశ్య జగత్తుయొక్క అభావంగా ఆయనపై తన మనస్సులను లగ్నం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తారు. సర్వవ్యాప్తి అయిన సూన్యంగా ఆయనను భావనచేసి, తమ మనస్సులను ప్రాపంచికమైన ఆలోచనలు అన్నింటికీ అతీతంగా శూన్యంగా ఉంచడానికి ప్రయత్నిస్తారు. శూన్యంతో ఐక్యం కావడానికిచేసే ప్రయత్నం వారిది. శ్రీమద్ భాగవతం (9-9-49) ఇలా చెపుతున్నది :

యత్తద్ బ్రహ్మ పరం సూక్ష్మమశూన్యం శూన్యకల్పితమ్।
భగవాన్ వాసుదేవేతి యం గృణన్తి హి సాత్వితా॥

"అత్యంత సూక్ష్మమైన బ్రహ్మపదార్థము శూన్యము కాక పోయినా శూన్యమువలె ఊహించదగినది. సాత్వికులు దానిని వాసుదేవ భగవానుడుగా పరిగణిస్తారు."

జైన, బౌద్ధ తత్త్వవేత్తలు అసలు భగవానుడే లేడనే అతిరేక దశకు వెళ్ళడానికి కారణం ఇదే. వేదాంతికి బ్రహ్మ పదార్థం శూన్యము కాదు. అభావము కాదు. ఆయన సచ్చిదానందము. సర్వవ్యాప్తి. దృశ్యము, అదృశ్యము అయిన వస్తువులు అన్నింటికీ సాక్షిభూతుడు. భూత సృష్టిలోని నామ రూపములు అన్నీ ఆయన ఆధారంగా కదులుతున్నట్లు కనిపిస్తాయి. అటువంటి బ్రహ్మపదార్థమును మనస్సులో చిత్రించుకోవడం అసంభవం. ఆదిశలో జరిగే ప్రయత్నం శూన్యమును గురించి ఆలోచించడమే. చూపు ఆతడిని చూడలేదనీ, ఆయన కారణంగానే చూపు చూస్తున్నదనీ ఉపనిషత్తులు ప్రకటిస్తున్నాయి. చెవులు ఆయనను వినలేవు. ఆయన కారణంగానే చెవులు వినగలుగుతున్నాయి. ఇతర ఇంద్రియముల విషయమూ ఇంతే. మనస్సు కూడ అతడి గురించి ఆలోచించలేదు. అతడి కారణంగానే మనస్సు ఆలోచిస్తుంది. అటువంటప్పుడు - వ్యక్తి తన మనస్సును అతడిపై ఎలా లగ్నం చేయగలడు? అందువల్ల - అతడితో ఐక్యాన్ని సాధించడానికి మరొక మార్గం సూచించబడింది. మనస్సును తనలోని జీవాత్మపై లగ్నం చేయడం ఆ మార్గం. ఎందుకంటే, జీవాత్మకూడా పరమాత్మ యొక్క అభివ్యక్తియే. ఈ పద్ధతి ఇతర పద్ధతులకన్న మెరుగే అయినా, దీనిని సాధన చేయడం పైకి కనపడేంత తేలిక కాదు. ఈ పద్ధతి తప్ప మిగిలినవన్నీ అభావరూపమైన ఐక్యతా పద్ధతులు. అభావయోగములో చేరినవి. అభావయోగమును ఇలా నిర్వచించారు.

శూన్యం సర్వనిరాభాసం స్వరూపం యత్ర చిన్త్యతే।
అభావయోగః సప్రోక్తో యేనాత్మానం ప్రపశ్యతి॥

శూన్యము ధ్యానించేటప్పుడు నిరాభాసం కావడంఅభావయోగము. అభావ యోగము ద్వారా వ్యక్తి పరమాత్మను దర్శిస్తాడు.

అయితే, వ్యక్తి తన మనస్సును దివ్యానందంతో, శాంతితో పొంగి పొరలేటట్లు చేసినప్పుడు, ఆ దివ్యానందపు పొంగు హృదయాంతరాళమును నింపివేసిన అనుభూతి పొందినప్పుడు, అందులో అక్షయము దివ్యము అయిన తన్మయత్వమును అనుభూతి పొందినప్పుడు అతడు ప్రత్యక్షంగా భగవానుని సాన్నిధ్యంలో ఉంటాడు. ఎందుకంటే దివ్యానంద స్వరూపమే భగవానుడు. అటువంటి అనుభూతి ప్రత్యక్షమైనది. భావాత్మకమైనది. స్ఫూర్తి ప్రదమైనది.

కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు- భగవానుని దివ్యప్రభావం భౌతిక భూమికలోనికి దిగివచ్చిందా అన్నట్లు, ఆమె శరీరమును మనస్సును ఆధ్యాత్మికరిస్తుంది. అటువంటి ప్రభావంయొక్క గాఢత్వం వ్యక్తినిబట్టి మారుతూ ఉంటుంది. ఒకే వ్యక్తిలో సైతం ఆ గాఢత్వ ప్రవాహంలో మార్పు వస్తూ ఉంటుంది. చైతన్య మహాప్రభు ఒక్కొక్కసారి ఆధ్యాత్మిక పారవశ్యపు దివ్యభూమికలకు వెళ్ళిపోయేవారనీ, అప్పుడు ఆయన శరీరంనుండి కాంతికిరణాలు వెలువడేవనీ చెపుతారు. ఇటీవల సంవత్సరాలలో ఒక యువకుడు ఈ రచయిత పరిచయంలోనికి వచ్చాడు. తన జీవాత్మను బ్రహ్మపదార్థంగా పరిగణించి ధ్యానం చేసేటప్పుడు ఒక్కొకసారి తన శరీరంలోపల విద్యుత్ తరంగం వంటిది ప్రవహించిన అనుభూతి కలిగేదనీ, విద్యుత్ కాంతి శకలంవంటి కాంతి శకలాలు తన శరీరంనుండి ఉద్భూతం అయేవనీ అతడు చెప్పుకున్నాడు. ఆ అనుభూతి అతడికి ఎంతో ఆనందాన్ని ఇచ్చింది. అతనిని ఎదిగేటట్లు చేసింది.

కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు- భౌతిక భూమికనుండి ఎగువకు పయనించి, వ్యక్తి పూర్తిగా మారిపోతాడు. ఆధ్యాత్మికతతో నిండిపోతాడు. అతడు అన్నివేళలా తన శరీరంపై, మనస్సుపై, బుద్ధిపై దివ్యప్రభావాన్ని అనుభూతి పొందడం ప్రారంభిస్తాడు. ఎల్లవేళలా

తనలో దివ్య విభూతిని అనుభూతి పొందడం ప్రారంభిస్తాడు. అటువంటి వ్యక్తికి ఆ దివ్య విభూతి అభావాత్మకంగా, శూన్యాత్మకంగా ఉండదు. కేవల భావనగా ఉండదు. ఒక ప్రత్యక్ష సత్యంగా ఉంటుంది. అతడు దివ్య పాత్రనుండి అమృతాన్ని ఆస్వాదిస్తాడు. ఎల్లవేళలా దివ్య పారవశ్యంలో ఉంటాడు. భగవానునితో అటువంటి ఐక్యానుసంధానం అందువల్లనే దానిని మహాయోగం అన్నారు.

యత్ర పశ్యతి చాత్మానం నిత్యానందం నిరంజనమ్।
మమైక్యం స మహాయోగో భాషితః పరమః స్వయమ్॥
యోగస్తు ద్వివిధోజ్ఞేయో హ్యభావః ప్రథమో మతః।
అపరస్తు మహాయోగః సర్వ యోగోత్తమోత్తమః॥

"నిత్యానందము, నిరంజనము అయిన నాతో (భగవానునితో) తాదాత్మ్యం పొందడం మహాయోగం. అది పరమయోగము. యోగము రెండు విధములు. మొదటిది అభావయోగము. రెండవది మహాయోగము. మహాయోగము యోగములలో ఉత్తమోత్తమము."

కుండలినీ జాగరణ ఆత్మ పరిణామం అనే ఊర్ధ్వప్రయాణానికి ఊతం ఇస్తుంది. అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియ జీవాత్మచుట్టూ పొరలు అల్లింది. పొరలపై పొరలు నిర్మించింది. వానిలో జీవాత్మనుబంధించింది. కుండలినీ జాగరణ ఈ పొరలను విప్పుతుంది. ఈ పొరలను ఛేదిస్తుంది. పరిణామ క్రమంలో చివరకు జీవాత్మ పూర్తిగా విముక్తి పొందుతుంది. జీవాత్మ దివ్యమైన తన స్వయం ప్రకాశంతో వెలుగొందుతుంది. వాస్తవానికి జీవాత్మ కప్పబడినదే కాని ఎన్నడూ దెబ్బతిన్నదికాదు. కుండలిని చుట్ట విప్పుకోడం ఒకసారి ప్రారంభమయితే- యుగయుగాలుగా కొనసాగుతున్న అంతర్నిహితత్వ ప్రక్రియ త్వరలో అంతమవుతుంది. సృష్టికి మూలకారణము, నిత్య స్వతంత్రము అయిన బ్రహ్మపదార్థం

వాస్తవానికి ఎన్నడూ మాయ ఆవరణంలో చిక్కుకొనదు. ఆ పరమాత్మ తన శక్తికి ప్రభువు. ఆశక్తి బాహ్యదృష్టికి అతనికన్న విభిన్నంగా కనపడుతుంది. శక్తియొక్క క్రియ ఆ ప్రభువుయొక్క సంకల్పం మాత్రమే. అందువల్ల- ఆ పరమాత్ముని పాదారవిందములకు తమనుతాము సర్వాత్మనా అర్పణ చేసుకొన్న వ్యక్తులు ఆయన దివ్యమంగళ విగ్రహాన్ని సాక్షాత్కరించుకుంటారు.

ఒక చిన్న నిప్పురవ్వ గడ్డిమేటును క్షణాలమీద కాల్చివేస్తుంది. అందువల్ల వచ్చే పెద్దమంట ఆ నిప్పురవ్వకు భిన్నమైనదికాదు. ఆ విధంగానే- మేలుకొన్న కుండలిని అనే దివ్యమైన అగ్నికణం స్వయంగా పరమాత్మయే. గడ్డిమేటు అంతా పూర్తిగా కాలిపోయిన తర్వాత నిప్పు ఆరిపోయి శూన్యంలో కలిసిపోతుంది. గడ్డి మండటం అంటే అంతర్నిహిత ప్రక్రియద్వారా గడ్డిలో ఇమిడి ఉన్న వేడి బయటికి వ్యక్తం కావడమే. కాలడంవల్ల వెలికివచ్చిన మంట అంతకుముందు గడ్డిపరకల రూపంలో దాగిఉన్నది. అనగా- ఆమంట గడ్డి పరకల రూపం ధరించింది. మంట ప్రారంభం కాగానే గడ్డి పరకలలో నిల్వ ఉన్న వేడి అంతా వెలికివస్తుంది. గడ్డిమేటు అంతా మండిపోతుంది. ఆ విధంగానే- గురువు దివ్యాగ్ని కణాలను వెదజల్లినప్పుడు, ఆ కణములు అంతర్నిహితమైన కుండలిని మండిస్తాయి. పెద్దమంట ఏర్పడుతుంది. భౌతిక భూమికలోని పరమాత్మయే ఆమంట. ఆ పరమాత్మ తన ఆత్మయొక్క ఆత్మ అని యోగి ప్రకటిస్తాడు. గడ్డిపరకలు అన్నీ కాలిపోయిన తర్వాత, ఆరిపోయిన మంటవలె కుండలినీశక్తి పరమాత్మలో లీనమవుతుంది. వ్యక్తి చేయవలసినది తన ఆత్మను మండేదశకు పైకి తీసుకువెళ్ళడం మాత్రమే. ధార్మిక జీవనం, పుణ్యకర్మలు, భగవద్భక్తి, ప్రార్థనలు భగవానుని ఆవాహన చేయడానికి అనుసరించే ఇతర పద్ధతులు- అన్నీ మనలోని మండగలిగే శక్తిని మెరుగుపరుస్తాయి.

అప్పుడు ఆధ్యాత్మిక వ్యక్తులు మనలను కొద్దిగా స్పృశిస్తేచాలు, వారి సాన్నిధ్యం సంపర్కం కలిగితే చాలు. మరుక్షణంలో మనలో దివ్యాగ్ని వెలుగుతుంది.

పరమాత్మను గురించి ఆలోచించడం, అనధి గమ్యం అయిన దానిని అందుకోవడానికి యత్నించడం, మనస్సుకూ, ఇంద్రియాలకు అతీతమైనదానిని మనస్సు పరిధిలోనికి తేవడానికి కృషి చేయడం ఇదంతా అభావయోగం. వ్యక్తి తనయొక్క జీవాత్మలోని దివ్యాగ్ని జ్వాలను సాక్షాత్కరించుకోవడం మహాయోగం.

కుండలిని పరమాత్మలో లీనమైన తర్వాత, మేలుకొన్న ఆ దివ్యాగ్నిలో దగ్ధమై పునీతమైన శరీరము మనస్సు, ఆమంట ఆరిపోయి శివునిలోనికి అదృశ్యమైన తర్వాత, శివుని శరీరానికి పూసుకున్న బూడిదవలె అవుతాయి. శివుడు కాలిన శవంయొక్క భస్మాన్ని తన శరీరానికి పూసుకుంటాడని పెద్దల నమ్మకం. ఆ భస్మం జీవన్ముక్తుని శరీరానికి ప్రతీక. మాయ ఆవరణ దగ్ధమైన జీవాత్మ కలిగిన వ్యక్తి జీవన్ముక్తుడు.

—0—

# పన్నెండవ అధ్యాయం

## ఇచ్ఛాశక్తి, శ్రద్ధ

పరమాత్మ యొక్క ఇచ్ఛ ఆయన యొక్క విసర్గభావమని వెనుకటి ఒక అధ్యాయంలో చెప్పబడింది. విసర్గ భావం అనగా గతిశీలమైన ఆత్మతత్వం. అది సృష్టిగా అభివ్యక్తం అవుతుంది. అందువల్ల అది సృష్టికి బీజం. అనగా, నిహిత స్థితిలో ఉన్న సృజనశక్తి. ముందు ఇచ్ఛ, తర్వాత కర్మ, ఆ తర్వాత ఆ కర్మ సాధించే విషయాల జ్ఞానం. ఇచ్ఛ, కర్మ, జ్ఞానము అనే మూడూ గతిశీలమైన ఒకే ఆత్మతత్వం యొక్క మూడు దశలు. బ్రహ్మాండం అండములుగా, పిండములుగా రూపాంతరం చెందుతుంది. మూల కారణం నుండి మొదట ఉద్భవించిన సృజనశక్తి అదే ప్రక్రియను తన తర్వాత దశలు అన్నింటిలో మరల మరల అనుసరిస్తుంది. నిత్య జీవితంలో ప్రతి వ్యక్తిలో అదే ప్రక్రియ అమలుజరగడం మనం చూస్తాం. ఇచ్ఛ కర్మకు జన్మ ఇస్తుంది. కర్మ జ్ఞానాన్ని అందిస్తుంది. ఒక వ్యక్తిలో ఒక వస్తువు కావాలనే ఇచ్ఛ కలుగుతుంది. అతడు ఆ ఇచ్ఛను కర్మగా మలచుతాడు. ఆ పని ఎలా జరగాలన్నది దానివెంట సహజంగా వస్తుంది. వ్యక్తికి కర్మను మించిన బోధకుడు లేడు. కర్మను, దానివివరాలను నిర్ణయించేది ఇచ్ఛ. ఇచ్ఛ బలంగా ఉంటే, ప్రకృతి దానికి లొంగుతుంది. అపారమైన తన జ్ఞాన నిధి తలుపులు నిస్సంకోచంగా తెరుస్తుంది నీ కోసం. ప్రతి వ్యక్తి తన నిత్యజీవిత అనుభవం ద్వారా ఈ రహస్యాన్ని తెలుసుకోవాలని ప్రకృతి కోరుతున్నది. వ్యక్తి యొక్క ఇచ్ఛ సృష్టికర్త యొక్క ఇచ్ఛలోని ఒక కిరణము. వ్యక్తి పట్టునొక్కితే చాలు దృఢమైన ఇచ్ఛాశక్తి పర్వతాలను కదిలించగలుగుతుంది. మహా

ప్రతిభావంతులు దృఢ నిశ్చయాన్ని, బలీయమైన ఇచ్ఛాశక్తిని కలిగి ఉంటారు. వారి విజయ పరంపరలకు, అద్భుతమైన వారి కార్యసాఫల్యాలకు కారణం వారి ఇచ్ఛా శక్తి.

నిర్ణయం తీసుకొని క్రియను ప్రారంభించే గుణం ఇచ్ఛ అని నిర్వచిస్తారు. మనస్సు చంచలంగా ఉంటే, ఇచ్ఛా శక్తి ఊగిసలాడుతుంది. బలహీనపడుతుంది. గట్టి కోరిక, వాంఛ ఇచ్ఛాశక్తిని బలపరుస్తాయి. అయితే, కోరికలు మితిమీరితే, పెక్కు వస్తువులకోసం ప్రాకులాట పెరిగితే, ఇంద్రియ సుఖాలవెంట గ్రుడ్డిగా పరుగులు తీస్తూఉంటే-ఇచ్ఛయొక్క సృజన శక్తి నీరుకారిపోతుంది. ఒక వ్యక్తి యొక్క సృజన శక్తి అత్యున్నతమైన ఆధ్యాత్మిక సాక్షాత్కారంనుండి బుద్ధిపరమైన పరిశోధన కృషివరకు, లైంగికమైన భోగలాలసవరకు వివిధ దశలలో వ్యక్తం అవుతుంది. ఒక వ్యక్తి తన సృజన శక్తిని అసంఖ్యాకమైన మార్గములలో ప్రవహించనిస్తే-అందువల్ల ప్రయోజనం ఏదీ సిద్ధించదు. అందువల్ల ఇచ్ఛాశక్తి పూర్తిగా వృధా అవుతుంది. ఎందుకూ పనికిరాకుండా నీరు కారిపోతుంది. పనికి ఒక నిర్దిష్టమైన ఆశయం ఉంటే, దానికి అనరాగా దృఢమైన ఇచ్ఛ ఉంటే-అతడికి విజయం నిశ్చయం. నీ కోరికలను కనీస స్థాయికి తగ్గించుకో. ప్రయత్నపూర్వకంగా ఎంపిక చేసుకో. నీ ఇచ్ఛా శక్తియొక్క సామర్ధ్యం అంతటినీ ఆ ప్రత్యేక దిశలో లగ్నం చేయి. అపుడు నీ గురి ఎన్నడూ తప్పదు. నీ గమ్యం సిద్ధించితీరుతుంది. నీ ఇచ్ఛా శక్తి నీకు తెలియకుండా పని చేస్తుంది. నీ చేతిలో ఉన్న పనిలోని వివరాల పరిజ్ఞానాన్ని నీలో స్ఫురింపజేస్తుంది. పనికి అవసరమైన ప్రేరణను ప్రసాదిస్తుంది. ఎందుకంటే-ఇచ్ఛయే కర్మ; కర్మమే జ్ఞానము. కార్యేచ్ఛ అవసర పరిజ్ఞానాన్ని అందిస్తుంది. జ్ఞానేచ్ఛ పనికి కావలసిన ఊతం ఇస్తుంది. ఎందుకంటే-ఇచ్ఛ నిహిత స్థితిలో ఉన్న సృజన శక్తి, నీవు చేయవలసి

నది తగిన దిశ ఇవ్వడం మాత్రమే. ఆ తర్వాత ఆ నిహిత శక్తి అప సరమైన మార్గాలలో గతిశీలమైన రూపాన్ని పొందుతుంది.

అంతర్నిహితమైన ఆత్మతత్వమే సృష్టి. సృజన ప్రక్రియవలెనే పరిణామ ప్రక్రియకూడ ఆ పరమాత్ముని ఇచ్ఛాశక్తియొక్క పని.ఆ పరిణామ ప్రక్రియను మనం ఆధ్యాత్మిక తృష్ణ అంటాము. ఒక వ్యక్తి యొక్క ఇచ్ఛను ప్రాపంచికము, ఆధ్యాత్మికము అనే రెండు విరుద్ధ దిశలలో ప్రవహింపజేయవచ్చు, మొదటిది వస్తుపరమైన పరిశోధనకు దారి తీస్తుంది. రెండవది ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి తలుపులు తెరుస్తుంది. మొదటిది వ్యతిరేకాత్మకమైన దిశలో పయనం, రెండవది భావాత్మకమైన దిశలో పయనం.

సృజన శక్తిని ప్రాపంచిక ప్రవాహదిశ అనే వ్యతిరేక మార్గం నుండి మళ్ళించాలంటే-మొదట భౌతికమైన కోరికల రూపంలో ఉన్న ద్వారములు అన్నింటినీ మూసివేయాలి. సృజన శక్తిని వాంఛారహిత స్థితికి తీసుకురావాలి. ఆ తర్వాత ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానముకొరకు తృష్ణను అలవరచాలి. కోరికలు నశించిపోవడంవల్ల వ్యక్తికి ఐహిక ప్రయోజనాల దృష్ట్యా కూడ నష్టం రాదు. ఎందుకంటే, అది అతని ఇచ్ఛ యొక్క నిహిత శక్తిని పెంచుతుంది. ఆ విధంగా అతని కార్య సామర్థ్యాన్ని, కార్యదక్షతను ఇనుమడింపజేస్తుంది. అతని సమయస్ఫూర్తికి దోహదం చేస్తుంది అతని జీవన ప్రమాణాన్ని మెరుగుపరచుతుంది. అదే సమయంలో అతనిని నైతికంగా, సామాజికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నతుడిని చేస్తుంది. "నిన్ను నీవు సర్వాత్మగా నాకు (భగవానునికి) సమర్పించుకో. ఆధ్యాత్మికతయొక్క ద్వారం నీకు తెరవబడుతుంది." అని మత గ్రంథాలు ఆదేశిస్తున్నాయి. పరమాత్మయొక్క ఇచ్ఛకు సంపూర్ణ సమర్పణను శాసిస్తున్నది త్యాగ సిద్ధాంతం. ప్రాపంచికమైన

సంపదలను వదులుకొన్నా వదలుకొనక పోయినా-ఐహిక వాంఛలు అన్నింటినీ వదలుకోమంటున్నది ఆ సిద్ధాంతం. గతిశీలమైన ఆత్మతత్వం యొక్క పరిణామ ప్రక్రియ పరిధిలోనికి వచ్చే వ్యక్తిగత వాంఛల మార్గములు అన్నింటినీ ఆ దైవేచ్ఛ పర్యవేక్షిస్తుంది. ప్రకృతి ఆయా వివరాలు అన్నింటినీ అత్యున్నత స్థాయికి చెందిన కార్యదక్షతతో, సమగ్రతతో సహజ సిద్ధంగా అమలుచేస్తుంది. అయితే ఇది లౌకిక దృష్టి. సత్యశోధకునికి ప్రాపంచికమైన ప్రయోజనాల ఆకర్షణ ఉండదు. లౌకిక బాధ్యతల అంతరార్థం మారుతుంది. అటువంటి వ్యక్తి దృష్టిలో-అధో భూమికలలో జరిపే ప్రతిక్రియ పరమాత్ముని సేవయే. దైవేచ్ఛను పూర్తిచేయడానికి జరిగేదే. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన సముపార్జనకు జరుగుతున్న ఊర్ధ్వ గమనంలో ఒకమెట్టు. అందువల్ల-ఇచ్ఛయొక్క వస్తుపరమైన ధోరణిని అరికట్టి, దానిని వ్యతిరేక దిశకు మళ్ళించినపుడు, అతనిలో నిద్రిస్తున్న కుండలినిగా ఉన్న ఆత్మతత్వంయొక్క శేష శక్తి మేలు కొంటుంది. చక్రంలోని పరిణామాత్మకమైన అర్ధభాగం మీదుగా తన గమనాన్ని సాగిస్తుంది. ఐహిక వాంఛలను తొలగించి, వాటి స్థానంలో ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానంకొరకు గాఢమైన తృష్ణను, పరమాత్మతో ఐక్యం కావాలనే గాఢమైన తృష్ణను నెలకొల్పి, దైవేచ్ఛకు తనను తాను సంపూర్ణంగా సమర్పించుకున్నపుడు-ఆమె జాగరణకు అవకాశం ఏర్పడుతుంది. మేలుకొన్న తర్వాత ఆమె పరమాత్ముని పవిత్ర పాదములవద్ద గల తన స్థానానికి తిరిగి చేరుతుంది. శ్రద్ధ ఇచ్ఛాశక్తికి ఒక రూపం. ఉపనిషత్తుల సిద్ధాంతం ప్రకారం ప్రాణము తర్వాత సృష్టి అయినది శ్రద్ధ.

స ప్రాణమసృజత్ ప్రాణాచ్ఛ్రద్ధాం.... (ప్రశ్నోపనిషత్ 6-4)

"అతడు (పరమాత్మ) ప్రాణమును సృష్టించాడు. ప్రాణము నుండి శ్రద్ధను సృష్టించాడు."

సృష్టించాలనే ఇచ్ఛ ప్రాణమునకు ముందు ఉన్నది. శ్రద్ధ ప్రాణము తర్వాత సృష్టి అయినది. శ్రద్ధ అనగా-క్రియా శక్తితో కూడిన ఇచ్ఛా శక్తి. ఇచ్ఛ ఆత్మతత్వంనుండి సృజన శక్తిని బహిర్గతం చేసే లక్షణం కలది. బయటకు ప్రవహించేది. శ్రద్ధ అంతర్ముఖమైనది. నిష్క్రియమైన శ్రద్ధను నమ్మిక అని పిలుస్తాము. క్రియాశీలమైన శ్రద్ధను విశ్వాసం అంటాము. దేవునిపై శ్రద్ధ లేక తన జీవాత్మపై శ్రద్ధ వ్యక్తికి తన శక్తిలో విశ్వాసం కలిగించి ఊతం ఇస్తుంది. అందువల్ల-దృఢము, క్రియాశీలము అయిన శ్రద్ధతో కూడిన ఇచ్ఛాశక్తి కర్మకు అవసరమయే బలాన్ని అందిస్తుంది. వ్యక్తియొక్క జీవాత్మ శ్రద్ధామయము. "యో యచ్ఛ్రద్ధః స ఏవసః" -అంటున్నది భగవద్గీత (17-3) "శ్రద్ధ ఎలా ఉంటే, వ్యక్తి అలా అవుతాడు."

అందువల్ల-శ్రద్ధ, ఆత్మవిశ్వాసం, ఆత్మనిర్భరత అన్నవి ఇచ్ఛా శక్తియొక్క అత్యంత క్రియాశీలమైన రూపములు. ప్రతి జీవన రంగంలోనూ ప్రారంభ దశలలో వ్యక్తికి అవి అవసరం అవుతాయి.

—0—

# పదమూడవ అధ్యాయము

## రాజయోగం

క్రిందటి అధ్యాయంలో పేర్కొన్న ఇచ్ఛాశక్తిని, శ్రద్ధను అల వరచుకోవడానికి మనోనిగ్రహం అవసరం. ఆ మనో నిగ్రహానికి మార్గాన్ని బోధించే శాస్త్రం యోగశాస్త్రం. దర్శన గ్రంథముల ద్వారా లభ్యమయ్యే దానికన్న మరింత ప్రత్యక్షమైన పద్ధతిలో మనస్సుయొక్క అంతర్ విలోకనం ద్వారా మానవునికి సృష్టికర్తకు మధ్య ఒక అను బంధాన్ని ఏర్పరచే మతవిభాగం, లేదా విశిష్ట దర్శనంద్వారా లభించే ఆంతరంగిక ప్రకాశంతో సృష్టిరహస్యాలను అన్వేషించే ప్రయత్నం యోగమని డాక్టర్ అన్నండేల్ తన సంక్షిప్త పదకోశంలో వివరించాడు. 'యోగ' అనే సంస్కృత శబ్దం యుజిర్ (కలుపుట), యుజ్ (కేంద్రీక రించుట) అనే ధాతువులనుండి ఏర్పడింది. యోగం అనే పదం యోగ శాస్త్రానికి కూడ వాడతారు. యోగం అనేపదం అధిభౌతికరంగానికి వర్తిస్తుంది. కేంద్రీకరించడానికీ, తనపైన తన సంచారాల వెనుక ఉన్న దానిపైన తన కిరణాలను లగ్నం చేయడానికి మనస్సుకు సహాయ పడే శరీర అవయవాల యొక్క, శ్వాసయొక్క, మనస్సుయొక్క వ్యాయామాలకు వర్తిస్తుంది. ఉదాహరణకు - ఆసనములు ప్రధానంగా శరీర వ్యాయామ సంబంధములు. మనస్సుపై వాని ప్రభావం పరోక్ష మైనదే. అయినా వానిని యోగాసనములు అని పిలుస్తారు. భౌతిక శరీ రంలో బలము, విషయములనుపైతం జీర్ణించుకోగల జీర్ణశక్తి, అతీం ద్రియ దృష్టివంటి అద్భుత శక్తులను వికసింపజేసే ప్రక్రియలు మరి కొన్ని ఉన్నాయి. వానినికూడ యోగ ప్రక్రియలుగా పరిగణిస్తారు. అయితే యోగమంతటికీ చరమలక్ష్యం మనస్సును నిశ్చలంగా చేయడం.

శరీరానికీ, మనస్సుకూ సన్నిహిత సంబంధం ఉన్నది. నరములవ్యవస్థ, మెదడు ఆ రెంటినీ జోడిస్తాయి. ఇటువంటి ప్రక్రియలు హఠయోగం పరిధిలోనికి వస్తాయి. యోగశాస్త్రం యొక్క మరింత ఉన్నతమైన శాఖ రాజయోగం. రాజయోగం మానసిక ప్రక్రియలకు మాత్రమే సంబంధించినది.

రాజ యోగాన్ని గురించి తెలుసుకొనేముందు మనస్సుగురించి తెలుసుకోవలసి ఉన్నది. సంకల్పించడం, ఆలోచించడం, వాంఛించడం అనే శక్తులు మనస్సుకు ఉన్నాయి. ఉద్వేగములు, భావనలు, రసములు కలిగిన మనస్సుయొక్క విభాగమును చిత్తము అంటారు. తర్కశక్తి, విచక్షణ, అనుమానము, స్మృతి, అభిప్రాయ కల్పన కలిగిన మూడవ విభాగము బుద్ధి. నాల్గవది మరింత సూక్ష్మమైనది. అది అస్మితా లేక అహంకారము. దృక్పథములు, ఆలోచనలు, వాంఛలు, భావనలు, జ్ఞానము-అన్నింటికీ నేపథ్యంగా చైతన్యం పనిచేస్తుంది. మనస్సును ఈ విధంగా నాలుగు విభాగాలు చేశారు. మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము. ఈ నాలుగూ కలిసి అంతఃకరణ అవుతుంది. కొన్ని సందర్భాలలో ఈ నాలుగింటినీ కలిపి 'చిత్తము' అని వ్యవహరిస్తారు. కర్మేంద్రియములను జ్ఞానేంద్రియములను బాహ్యకరణములు అంటారు. ఇవి అంతఃకరణమునకు భిన్నమైనవి. బాహ్య కరణములు అంతఃకరణములు కలసి సూక్ష్మశరీరం ఏర్పడుతుంది. ఆకాశముకన్న సూక్ష్మమైన చిత్తాకాశముతో మనస్సు ఏర్పడుతుంది.

చిత్తమునకు మూడు చైతన్యస్థితులు ఉన్నాయి.-జాగృత స్థితి, స్వప్నస్థితి, నిద్రాస్థితి. చిత్తవృత్తులు అయిదు: 1) ప్రమాణము. ప్రమాణములు మూడు : ప్రత్యక్షము, అనుమానము, ఆగమములు. 2) విపర్యయము. అనగా మిథ్యాజ్ఞానము లేదా భ్రాంతి.

రజ్జువును చూచి సర్పమని అనుకొనడం 3) వికల్పము. వస్తువులకు సంజ్ఞలు కాని పదమువలన కలిగే జ్ఞానము. అంధకారములో పిశాచం ఉన్నదని సంశయించడం. 4) కలలులేని గాఢనిద్ర. తమోగుణము మనస్సును ఆవరించిన స్థితి. 5) స్మృతి. అనగా అనుభవించు విషయము సంస్కారముద్వారా బుద్ధియందు నిలుపబడి ఉండడం.

రాగము, ద్వేషము, భయములవలన భావములు, ఆవేశములు, ఉద్వేగముల రూపంలో ఆందోళనచెందే లక్షణం మనస్సుకు ఉన్నది. అయితే చిత్తవిక్షోభములు అన్నింటి వెనుక ఆత్మ ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. ఈ చిత్త విక్షోభములు కారణంగా ఆత్మ తన స్వస్వరూపమును గుర్తించలేక పోతుంది. అందువల్ల పెక్కు సిద్ధాంతములు ఆత్మ ప్రకాశము, మనస్సుయొక్క క్రియ ఒకటేనని భావించాయి. ఆత్మ మానవునిలోని భావుకత ఒకటేనని భ్రమించాయి. నిజానికి భావనలు చిత్తము యొక్క క్రియలు. చిత్తము ఆత్మప్రకాశమును ప్రతిబింబిస్తుంది. దానిని తన స్థానమునుంచి పైదొలగిస్తుంది. తన చంచలత్వముతో దానిని ఆవరిస్తుంది. ఆ విధంగా ఆత్మ భగవానినుంచి వేరుచేయబడుతుంది. క్లేశములు, బాధలు, సంతోషము, భౌతికభోగములు, సుఖదుఃఖములు, భయములు, ద్వేషములతో కూడిన వస్తుగత జగత్తులో మునిగిపోయేటట్లు చేయబడుతుంది.

యోగంద్వారా చిత్తమును సిద్ధంగా, శూన్యంగా ఉంచవచ్చు. తద్వారా చిత్త వృత్తులనుండి ఆత్మను విడదీయగలుగుతాము. జాగృత, స్వప్న, నిద్రాస్థితులను అధిగమించినపుడు, ఆత్మ స్వస్వరూపంలో విశ్రమిస్తుంది. చిత్తముయొక్క స్పర్శవల్ల కలుషితం కాకుండా, తన ప్రత్యేక అస్తిత్వమును గుర్తించ గలుగుతుంది. ఆ స్థితిలో ఆత్మకు భగవానునితో ఏకత్వం సాధ్యమవుతుంది. ఏకాగ్రతద్వారా చిత్తవృత్తులను నిరోధించడం ఎలాగో యోగం మనకు బోధిస్తుంది.

ఏకాగ్రత :

తమోగుణం (స్తబ్ధత), రజోగుణం (క్రియాశీలత), సత్వ గుణం (స్థిరతత్వము, ప్రశాంతి) ప్రకృతి యొక్క మూడు గుణములు. ఈ గుణములు వివిధ మోతాదులలో ఏకకాలంలో పని చేస్తూ ఉంటాయి. ఇతర భౌతిక వస్తువులవలె మనస్సు కూడ వానివల్ల ప్రభావితం అవుతుంది. మనస్సు ఒక క్షణంలో సోమరిగా స్తబ్ధంగా ఉంటుంది. మరొక క్షణంలో క్రియాశీలంగా ఉంటుంది. వేరొక క్షణంలో స్థిరంగా శాంతంగా ఉంటుంది. తమోగుణం అజ్ఞానమునకు కారణం. రజోగుణం దుఃఖమునకు కారణం. సత్యగుణం ఆనందమునకు, జ్ఞానమునకు కారణం. చూడడానికి తమోగుణం, సత్వగుణం ఒకేవిధంగా ఉంటాయి. తమో గుణమును సత్వగుణముగా భ్రమించవచ్చు.. రెండూ ఉత్తర ధృవం, దక్షిణ ధృవం అయినా. ఈ రెంటినీ ఒకటిగా భ్రమించకూడదు. మనస్సు తమోగుణము నుండి సత్వగుణమునకు ప్రయాణం చేయాలంటే, ముందుగా మధ్యలో ఉన్న రజోగుణమును అధిగమించవలసి ఉంటుంది. మనస్సు క్రియాశీలతవల్ల కలిగే కల్లోలిత దశను చేరుకుని, దానిని అధిగమించడం ఎలాగో నేర్చుకోవలసి ఉంటుంది. శిశువు యొక్క మనస్సు చాల వరకు తమోగుణ ప్రభావంలో ఉంటుంది. అందువల్ల - శిశువు హెచ్చుకాలం నిద్రలో ఉంటుంది. దాని బుద్ధి కూడ మందంగా, స్తబ్ధంగా ఉంటుంది. హెచ్చు మంది వ్యక్తుల మనస్సులు కూడ చాలవరకు తమోగుణ ప్రభావంలో ఉంటాయి. వారు మందంగా, నిద్రమత్తులో, సోమరితనంతో, బుద్ధి మాంద్యంతో ఉంటారు. వారి మనస్సులు, బుద్ధులు నిర్జీవమైన ద్రవ్యంవలె స్తబ్ధంగా ఉంటాయి. మహా అయితే లోలకంవలె ఊగిసలాడుతూ ఉంటాయి. ఒక ఆలోచనకు కాని, తమకు నచ్చిన ఒక వస్తువుకు కాని అంటుకుపోయి ఉంటాయి. వారి ఊహాశక్తి కనీస స్థాయిలో ఉంటుంది. వారికి తర్క శక్తి ఉండదు. అయితే, అటువంటి

వ్యక్తులు ఆ స్థితిలో ఒక విధమైన సంతోషాన్ని అనుభవిస్తారు. వారి సంతోషం అజ్ఞానంలో, అంధకారంలో ఉండే సంతోషం. నల్లమందు తిన్నవారి సంతోషం వంటిది. అటువంటి చిత్తస్థితిని మూఢత్వం అని అంటారు. రజోగుణం ఆధిక్యం వహించినపుడు మనస్సు యొక్క చంచలతత్వం పెరుగుతుంది. అభిప్రాయాలు ఉదయిస్తాయి. స్మృతి పని చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. వ్యక్తి ఆలోచనలో పడతాడు. అయితే, అతడి ఆలోచనలు క్రమబద్ధంగా ఉండవు. వాటిమధ్య సంబంధం ఉండదు. ఆలోచనలు విచ్చలవిడిగా పరుగులు పెడతాయి. అటువంటి మనస్సును క్షిప్తము అంటాము. అనగా చెల్లాచెదరు అయిన స్థితి. ఎందుకంటే, మనస్సు లక్ష్య రహితంగా అన్ని దిశలలో పరుగెత్తుతూ ఉంటుంది. దాని క్రియాశీలత ప్రయోజనకర లక్ష్యములపైపు నిర్దేశించ బడదు. ఆ క్రియాశీలత విశృంఖలంగా విహరించి వృథా అవుతుంది. అటువంటి వ్యక్తి యొక్క ఉద్రేకములను తేలికగా రెచ్చగొట్టవచ్చు. అతడి మనస్సు అన్ని విధములైన ఆవేశాలకు త్వరగా వశమవుతుంది. ఆవిధంగా సక్రమంగా ఉన్న మనస్సు అదుపు చేసినపుడు - మొదట నిర్దిష్టమైన, వాంఛితమైన తర్కశుద్ధమైన మార్గములలో పయనించే శిక్షణ దానికి ఇవ్వబడుతుంది. దాని చలనములు నిర్దిష్టములైన ఉద్దేశ్యము లకు, నిర్దిష్టమైన మార్గములకు పరిమితం చేయబడతాయి. ప్రయోజన కరములైన లక్ష్యముల కొరకు పని చేయడం అది నేర్చుకొంటుంది. నిగ్రహవంతులు, పండితులు, సంస్కృతీ పరులు అయిన వ్యక్తుల మనస్సులు ఆ విధంగా ఉంటాయి. మనస్సు యొక్క నాల్గవ దశ స్థిరంగా, నిర్మలంగా ఉండే దశ ఈ దశలో మనస్సులో ఆలోచనల అలలు ఉద్వేగ తరంగాలు ఉండవు. వ్యర్థమైన కోరికలు, సోమరి ఆలోచనలు ఉండవు. అటువంటి మనస్సుచాల వరకు శూన్యంగా, చలన రహితంగా, శాంతియుతంగా, స్థిరంగా ఉంటుంది.

అంతములేని తృష్ణా పరంపరలను ఆబగా హత్తుకొనే లక్షణాన్ని అది వదులు కొంటుంది. పై దశలలో లోపించిన శాంతిని, పరితృప్తిని వ్యక్తి ఈ దశలో అనుభవిస్తాడు. ప్రశాంతి మనస్సును పాలిస్తుంది. శాంతి మనస్సును శాసిస్తుంది. దీనిని ఏకాగ్ర అవస్థ అంటారు. ఐదవ దశలో మనస్సు కేంద్రీకరించడం ప్రారంభిస్తుంది. ప్రమాణములు, అనుమానాలు, స్మృతి, అభిప్రాయములు క్రమంగా క్షీణించిపోతాయి. క్రమంగా చైతన్యరహిత స్థితిలోనికి హరించుకు పోతాయి. అయితే నిద్రా స్థితి ఏర్పడదు. దీనిని నిరుద్ధ అవస్థ అంటారు.

వస్తుపరమైన జ్ఞానం అనేక జ్ఞానముల సంపుటి. దానిని ఈ విధంగా విశ్లేషించవచ్చు. ఒక వస్తువును గురించి ఆలోచించినపుడు నామము, అర్థము, రూపము అనే త్రివిధమైన జ్ఞానం కలుగుతుంది. వస్తుపరమైన జ్ఞానంతోపాటు ఏకకాలంలో వ్యక్తి పరమైన చైతన్యం వస్తువును తెలుసుకొనే తీరు, (అనగా దృష్టి, శ్రవణం, స్పర్శ వంటివి) తెలుసుకొనే వస్తువు యొక్క జ్ఞానం అనే త్రివిధ జ్ఞానం కలుగుతుంది. సాధారణంగా మనస్సులో ఏకకాలంలో అనేక వస్తువుల జ్ఞానం ఉంటుంది. అయితే, మనస్సును ఒక వస్తువుపై లగ్నం చేసినపుడు, మిగతా వస్తువుల జ్ఞానం క్రమంగా నశించిపోతుంది. చివరకు మనస్సు ఆ ఒక్క వస్తువును మాత్రమే తెలుసుకుంటుంది. అటువంటి ఏకాగ్రత మొదట్లో క్షణకాలం మాత్రమే ఉంటుంది. అయితే సాధన ద్వారా ఆ కాలపరిమితిని పెంచవచ్చు. మొదటి దశలో అటువంటి ఏకాగ్రతకు భంగం కలుగుతూ ఉంటుంది. ఆ దశను ధారణ అంటారు. ఏకాగ్రత నిర్విరామంగా కొనసాగితే, దానిని ధ్యానం అంటారు. ఏకాగ్రత మరింతగా కొనసాగితే, సంపుటిగా ఉన్న జ్ఞానం విశ్లేషించబడు

తుంది. వ్యక్తి ధ్యానంలో ఎంతగా లీనమైపోతాడంటే- అతడు అహంకారమును పూర్తిగ మరచిపోతాడు. వ్యక్తి పరమయిన చైతన్యమును వస్తుపరమైన జ్ఞానంతో తాదాత్మ్యం చేస్తాడు. జ్ఞాన సంపుటి నామము, అర్థము, రూపము అనే వస్తుపరమైన జ్ఞానంగా మిగిలిపోతుంది. అపుడు చిత్తము ఆ వస్తువుతో తాదాత్మ్య స్థితికి చేరుతుంది. ఆ మనోదశను సమాపత్తి అంటారు. ఆ వస్తువు స్థూలమైన భౌతిక వస్తువు అయితే, ఆ సమాపత్తిని సవితర్క సమాపత్తి అంటారు. ధ్యానించే వస్తువు సూక్ష్మమైనది అయితే దానిని సవిచార సమాపత్తి అంటారు. ఈ సందర్భాలలో — స్ఫటికము తన చుట్టూ ఉన్న వస్తువుల రంగును పొందే విధంగా, చిత్తము ధ్యాన వస్తువులతో తాదాత్మ్యములు పొందుతుంది. ఏకాగ్రత మరొక అడుగు ముందుకు పోతే, వస్తువు యొక్క నామము, అర్థము హరించుకుపోయి, దాని రూపము మాత్రమే మిగులుతుంది. ఈ స్థితి వరుసగా నిర్వితర్క లేక నిర్విచార సమాపత్తి— వస్తువు స్థూలము, సూక్ష్మము కావటాన్ని బట్టి ఇది సవికల్ప సమాధి స్థితి. ఏకాగ్రత మరొక అడుగు ముందుకుపోతే— రూపము కూడ లోపిస్తుంది. ఆనంద చైతన్యం మిగులుతుంది. అది సానంద సమాధి స్థితి. ఏకాగ్రత మరొకమెట్టుపైకి వెళితే- ఆ ఆనందంకూడ లోపించి, సూక్ష్మ చైతన్య అనుభూతి మాత్రమే మిగులుతుంది. అది సాస్మితా సమాధి స్థితి. మనస్సు బాహ్యమైన ఆలంబములు అన్నింటినీ వదలి, తన శూన్య స్థితిపై ఏకాగ్రం కాగలిగితే — నిర్వికల్ప సమాధి స్థితి సిద్ధిస్తుంది. ఆత్మ సాక్షాత్కారం కొరకు జరిపే ఏకాగ్రత సాధనలో ఇది చివరి మెట్టు.

నామము, అర్థము, రూపము అనే త్రివిధ జ్ఞానము గురించి మరి కొంత వివరణ అవసరం. ప్రతి వస్తువు మనకు మూడు విధములుగా అగుపిస్తుంది. దానిని చూడగానే లేదా దాని ఆలోచన కలుగగానే దాని

నామము, రూపము, అర్థము మనకు స్ఫురిస్తాయి. నామము కేవలం వస్తువునకు ప్రతీక. అందువల్ల ఒకే వస్తువునకు వివిధ దేశములలో, వివిధ కాలములలో, వివిధ నామములుంటాయి. ఆ పేరు విన్నప్పుడు లేదా గుర్తుకు వచ్చినప్పుడు, ఆపేరు ఏ వస్తువుకు ప్రతీకగా ఉన్నదో ఆ వస్తువు గుర్తుకు వస్తుంది. ఆనామముయొక్క అర్థముతో పాటు ఆ వస్తువుయొక్క ఉనికి ఆనామమునకు అర్థము. ఆనామముయొక్క అర్థముతోపాటు ఆ వస్తువుయొక్క రూపముకూడ స్ఫురిస్తుంది. ఆ వస్తువుకు రూపము కలిగిఉండే శక్తి ఉంటే మామూలు వ్యక్తికి ఈమూడు అవిభాజ్యములు. అయితే ఏకాగ్రత ద్వారా వాటి ప్రత్యేకతను దర్శించవచ్చు, గుర్తించవచ్చు. క్రమక్రమంగా ఆనామము మనస్సునుండి జారిపోతుంది. ఆ తర్వాత ఆఅర్థము సైతం జారిపోతుంది. రూపముయొక్క జ్ఞానముకూడ అదృశ్యం అవుతుంది. వస్తువు ఒక్కటే మిగులుతుంది. దాని లక్షణంయొక్క సత్యం మాత్రమే మిగులుతుంది.

గాఢమైన ఏకాగ్రతను తిరిగి తిరిగి పొందడంద్వారా, చిత్తముపై పడిన దాని ముద్రలద్వారా ఏర్పడిన అలవాటు కారణంగా- చిత్తమునకు అటువంటి ముద్రలకు అనుగుణమైన స్థిర స్థితి లభిస్తుంది. ఆ తర్వాత చిత్తము ఆస్థితిలో సహజంగా నిలచి ఉంటుంది. పైన పేర్కొన్న నిరుద్ధము, ధారణ, ధ్యానము, సమాపత్తి, సమాధి స్థితులు అయిదింటిలో మొదటి మూడింటిని అందరు వ్యక్తులు అనుభవిస్తారు. చివరి రెండింటిని యోగులు మాత్రమే అనుభవిస్తారు. యోగి తన మనస్సును నాల్గవ దశలో, అనగా సమాపత్తిదశలో ఉంచాలని వాంఛిస్తాడు. బుద్ధికి సంబంధించిన పని చేయవలసివచ్చినప్పుడు అతడు మూడవదశకు, అనగా ధ్యాన దశకు తిరిగి వెళ్ళవలసి ఉంటుంది. మామూలు వ్యక్తి మనస్సు చంచలంగా ఉంటుంది. కనుక, బుద్ధిపరమైన పనికొరకు అతడు దానిని నిగ్రహించవలసి వస్తుంది. మనస్సు సమాధి స్థితిలోకాని, నిరుద్ధస్థితిలో

కాని శాశ్వతంగా నిలచి ఉండదు. ఆస్థితిని అందుకొని అక్కడ కేవలం కొద్ది క్షణాలపాటు కాని కొద్ది నిమిషాల పాటుకాని నిలచి ఉంటుంది. అయినా, నిత్యసాధనద్వారా తిరిగి తిరిగి కొద్దిసమయం ఆ స్థితిలో ఉండడం వల్ల మనస్సుపై పడిన ముద్రలు నిలచి ఉంటాయి. ఏకాగ్రత దశను, అనగా క్రింది దశనుచేరిన తర్వాత మనస్సు మరింత శాశ్వతమైన సామర్థ్యమును, స్థిరత్వమును సంపాదిస్తుంది. కాలక్రమంలో, సంతులనాన్ని కోల్పోకుండా స్థిమితం, నిలకడ ఉన్న ఆస్థితిలో విశ్రమించడం మనస్సుకు సహజమవుతుంది. ఈ మానసిక సంతులనం బుద్ధిపరము, ఆధ్యాత్మికము అయిన ప్రగతికి అత్యవసరమైన మెట్టు. భగవత్ సాక్షాత్కారానికి తొలిమెట్టు. గాఢమైన ఏకాగ్రత లేనిదే భగవత్ సాక్షాత్కారం అసంభవం.

ఇందుకై మొదట మనం మనదృష్టిని వెలుపలికి మరల్చే బాహ్యాభిముఖమైన ఇంద్రియములను అంతర్ముఖం చేయవలసిఉంటుంది. చర్చిలలో, మసీదులలో, దేవాలయాలలో భక్తులు కూర్చొనికాని, నిలబడికాని, కళ్ళు మూసుకొని ఆరాధనాభావంతో భగవానునికి ప్రార్థనలు చేస్తూ ఉండడం మనం చూస్తాం. కళ్ళు మూసుకోవడం ద్వారా వారు ధ్యానమునకు మొట్టమొదట అవసరమైన దానిని సాధించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. బాహ్యవస్తువులకు చూపుతో ఉన్న సంబంధాన్ని త్రెంచి వేయడానికి వారు కృషిచేస్తారు. భగవానుని ఆవాహన చేయాలనే కోరికతో వారు తమ దృష్టిని ప్రార్థనలమీద లగ్నం చేయడానికి శ్రమిస్తారు. అయితే, ఆ కృషిలో సఫలత పొందేవారు ఎవరూఉండరు. ఎందుకంటె ఇతర జ్ఞానేంద్రియములు తెరచి ఉంటాయి. అవి తమ తమ విషయములతో మనస్సును కల్లోలపరుస్తాయి. దృఢసంకల్పం కలిగిన వ్యక్తి క్షణకాలం వాటినుంచి తన మనస్సును విడదీసి ఉంచగలిగినప్పటికీ, గత స్మృతులయొక్క ఆలోచనలు అతనిని వెన్నాడుతాయి. వాటిని

వదిలించుకొనడానికి అతడు పోరాడేకొలదీ వాటి ప్రవాహం పొంగి పొరలుతుంది. వాటినికూడ అణచివేయడంలో అతడు కొద్దికాలంపాటు సఫలత పొందితే, నిద్ర క్రమంగా అతడిని ఆవహిస్తుంది. అతనిమనస్సు తమోగుణం యొక్క అంధకారంతో నిండిపోతుంది. అక్రమ ప్రవేశకులలో ప్రతి ఒక్కరినుండి మనస్సును విముక్తం చేయడం ఒక తీవ్ర పోరాటం. అక్రమ ప్రవేశములు అన్నీ తొలగింపబడినప్పుడే నిజమైన ప్రార్థన సాధ్యమవుతుంది. కొద్ది స్థిమితత్వాన్ని సాధించడానికి మొదట్లో తీవ్రమైన శ్రమ అవసరం అవుతుంది. అయినా, నిరంతర ప్రయత్నం వల్ల సంతులనమును సాధించవచ్చు. అప్పుడు మనస్సుకు ఆ స్థితి అలవాటవుతుంది. మనస్సు హెచ్చు సమయం సంతులన స్థితిలో ఉండడం ప్రారంభిస్తుంది. ఆ తర్వాత ఏకాగ్రతను సాధించడం అంత కష్టమైన ప్రక్రియకాదు. ఎందుకంటే, స్థిరంగా ఉన్న మనస్సు క్రమంగా ధ్యానంలో లీనమవుతుంది.

భక్తి యోగం :

భక్తి భావన ఇతరభావనలు అన్నింటిని తొలగించి, మనస్సును అన్నికోరికలనుండి విముక్తిచేస్తుంది. అది మనస్సును ఏకాగ్రం చేస్తుంది. రజోగుణమును, తమోగుణమును అణచివేసి, మనస్సును సత్వగుణంలో ఉంచుతుంది. అందువల్ల ప్రగాఢమైన భగవద్ భక్తిని అలవరచుకొనవలసి ఉంటుంది. భగవానునికి భయపడకూడదు. ఆయనను ప్రేమించాలి. అందుకు ప్రతిఫలంగా ఈలోకంలోకాని, పరలోకంలో కాని దేనినీ కోరకుండా ప్రేమకొరకే ప్రేమించాలి. ప్రేమ, భయము పరస్పర విరుద్ధములు. భగవానుడు దుఃఖములను, దురదృష్టములను పంపుతాడని, అందువల్ల ప్రతిరోజు ఆయన ఆగ్రహాన్ని ఉపశమింపజేయవలసి ఉంటుందని పలువురు భావిస్తారు. అటువంటి వ్యక్తులు

ఆయన ఆగ్రహానికి భయపడి ఆయనను పూజిస్తారు. కొందరు ప్రాపంచికమైన ప్రతిఫలములకొరకు, సంతానం కొరకు, ఇతర భౌతిక వస్తువులకొరకు కొందరు ఆయనను పూజిస్తారు. మరణం తర్వాత స్వర్గానికి ద్వారం తెరిపించడం కొరకు, తాము ఈలోకంలో చేసిన దుష్కృత్యములకు క్షమాభిక్ష కొరకు మరికొందరు ప్రార్థిస్తారు. పలువురికి ఏదో ఆపద ముంచుకువచ్చినప్పుడు మాత్రమే భగవానుడు గుర్తుకువస్తాడు. అభయహస్తం అందించవలసిందిగా వారు ఆయనను వేడుకుంటారు. మానవుడు భగవత్ సహాయాన్ని అర్థించడానికి వెనుక ఇటువంటి ఉద్దేశాలు అనేకం పనిచేస్తూ ఉంటాయి. కొన్ని సందర్భాలలో వారి కోరికలు సిద్ధిస్తాయి కూడ. అయితే, భక్తియొక్క గమ్యంఇదికాదు. ఈ జగత్తు ద్వంద్వములలో నిండిన జగత్తు. చీకటి లేకుండా వెలుగు ఉండదు. సుఖ దుఃఖములు విడదీయరాని కవలలు. ఒకటిలేనిదే రెండవ దానికి అర్థం ఉండదు. అవి సాపేక్షములు. దుఃఖాలు అన్నవిలేకుండా అన్నీ సుఖాలే ఉండాలని ఆశించడం పగటి కలమాత్రమే. వాస్తవానికి సుఖంలో దుఃఖం, దుఃఖంలో సుఖం ఇమిడిఉన్నాయి. తీవ్రమైన తల నొప్పితో బాధపడే వ్యక్తికి ఆ నొప్పి కొద్దిగా తగ్గితే మరెంత సుఖంగా ఉంటుంది. వందరూపాయల ఆదాయం వచ్చినప్పుడు తాను సుఖపడు తున్నానని ఒకవ్యక్తి భావిస్తాడు. అయితే, ఆతర్వాత ఆ ఆదాయం రెట్టింపయి తిరిగి రు. 150లకు తగ్గిపోతే బాధపడతాడు. ఆ ఆదాయం రూ. 50లకు తగ్గి, రూ. 75లకు పెరిగితే తన అదృష్టానికి మురిసి పోతాడు. తాను వందరూపాయలు సంపాదిస్తున్నప్పుడు పొందిన సంతోషముకన్న మిన్న అయిన సంతోషం పొందుతాడు. కీళ్ళ నొప్పుల వ్యాధితో బాధపడేవ్యక్తి కొంతకాలానికి దానికి అలవాటు పడిపోతాడు. అతనికి ఆ బాధ తెలియదు.

సుఖదుఃఖములు వెలుగు చీకటులను పోలినవి. మనము వెలుగు అని పిలిచే దానిలో చీకటి ఇమిడి ఉన్నది. ఆ చీకటినిబట్టి వెలుగు యొక్క తీవ్రత మారుతూ ఉంటుంది. పూర్తిగా వెలుగు, పూర్తి చీకటి అనేవి సృష్టిలో లేనివి. శీతోష్ణముల విషయంకూడ ఇటువంటిదే. ప్రతి ఉష్ణోగ్రత కొంత ఉష్ణమును, ఆ మేరకు కొంత శీతలత్వమును సూచి స్తుంది. ఆ విధంగానే— సుఖములు, దుఃఖములు వాటి తీవ్రత యొక్క స్థాయిని బట్టి కొలవబడతాయి. అనుభవించబడతాయి. ఆయా ప్రత్యేక సమయాలలో, ఆయా ప్రత్యేక వాతావరణాలమధ్య మన మనఃస్థితులమీద అవి చాలవరకు ఆధారపడి ఉంటాయి. అందువల్ల- ఈ లోకంలోకాని, పరలోకంలో కాని నిరంతర సంతోషం కలిగిన జీవితాన్ని ఆశించడం ఒక పగటికల. అసంభవం అయినదానికొరకు, లేదా మన మనఃస్థితు లపై పూర్తిగా ఆధారపడి ఉన్న దానికొరకు భగవానుని ఆవాహన చేయ డం పసితనం తప్ప మరొకటి కాబోదు. జీవితం ఒక సంఘర్షణ. ఒక పోరాటం. జీవితంలోని ఆటుపోటులను తట్టుకొని పయనాన్ని సాగించ గల మనోబలాన్ని మానవుడు ఎంత హెచ్చుగా సంపాదించగలిగితే, జీవించడానికి అతడుఅంతగా పాత్రుడు అవుతాడు. మనం ఏమేరకు దుఃఖ పడితేఆమేరకు మనబలహీనత రుజువుఅవుతుంది. బలహీనంగా ఉండడం సహాయం కొరకు అంగలార్చడం సమంజసం కాదు. ఎల్లవేళలా సహా యం కొరకు అంగలార్చడం,సహాయంకొరకు ఇతరులపై ఆధారపడడం వ్యక్తిని నిర్వీర్యుడిని చేస్తుంది. అటువంటి వ్యక్తి తన సమాజానికి ఎన్నడూ ఉపయోగపడడు. స్వర్గంనుండి సహాయాన్ని అర్థించినా పరి స్థితి మెరుగుపడదు. అదికూడ వ్యక్తిని బలహీనపరుస్తుంది. మనం మానసికంగా, శారీరికంగా బలంగా ఉండడం అవసరం. బలంకొరకు, భగవానుని పవిత్ర పాదములపట్ల ప్రేమకొరకు ఆ భగవానుని ప్రార్థించ డం అవసరం. బలహీనునికి భగవత్ సాక్షాత్కారం లభించదని ఉపని

షత్తు చెప్పుతున్నది. ఉన్నత స్థాయి ఆవేశం కలిగిన శక్తితో సంబంధం ఏర్పడినప్పుడు, దాని ప్రభావానికి తట్టుకోలేనంత బలహీనంగా ఉన్న వారిని ఆ శక్తి చంపివేయడం ప్రకృతిలోని ఒక సామాన్య సూత్రం. భగవానుడు సర్వశక్తిమంతుడు. శక్తి అంతకూ ఉద్గమస్థానం. మనం ఆయననుండి శక్తిని సంపాదించి, ఆయనతో ఏకం కావడానికి తగు పాత్రలను పొందవలసి ఉన్నది.

మన మనస్సుల విశృంఖల విహారాలు కారణంగా మన శక్తి నిరంతరం నీరుకారిపోవడాన్ని అరికట్టడం ద్వారా మనం ఆ పని చేయగలం. ప్రేమ దానికది ఒక శక్తి. అయితే, ప్రేమకు మూల్యం కోరితే, దాని శక్తి నశిస్తుంది. దాని ప్రతిక్రియ క్రియలో నశించిపోతుంది. ప్రతి ఆవేశము వ్యతిరేక ధృవమును సృష్టిస్తుంది. దాని ఆవేశం నిలిచిఉన్నంత వరకు ఆంతరిక శక్తి పెరుగుతూ ఉంటుంది. అందువల్ల ఏకపక్షమైన ప్రేమ, ఏమాత్రం ప్రతి ఫలం ఆశించని ప్రేమ అవసరం అవుతున్నది.

నిరంతరం దివ్యప్రేమతో పొంగిపొరలే హృదయం దానికదే ప్రతిఫలం. ఎందుకంటే, ఏ ఐహిక వాంఛకాని, ఏ పశుప్రవృత్తికాని ఆ ప్రేమ ప్రవాహాన్ని అడ్డలేదు. దాని పవిత్రతను కళంకపరచలేదు. భక్తి ప్రవాహపు వరదలో ఇతర కోరికలు, భావనలన్నీ కొట్టుకుపోతాయి. లౌకిక బంధాలను, భయాలను, ద్వేషాలను ఆ వరద త్రెంచివేస్తుంది. దివ్యానంద అమృతాన్ని పంచి ఇస్తుంది. మనస్సులోని కల్లోలములన్నీ సమసిపోతాయి. ప్రశాంతి మకరందంతో మనస్సు అంచులవరకు నిండిపోతుంది. ఆ స్థిమిత స్థితిని పొందిన మనస్సు వ్యక్తికి అమరత్వమును ప్రసాదిస్తుంది. అతడు దేనినీ కోరడు. అతడు తాపత్రయాలనుండి విముక్తి పొందుతాడు. సంతుష్టుడు అవుతాడు. రాగద్వేషములకు అతీతుడై, జీవితంలోని అన్ని దశలను ఆనందంగా స్వీకరిస్తాడు. అటు

వంటి వ్యక్తి దృష్టిలో దేవుడు ఎంత ప్రియుడో దేవుని సృష్టి అంత ప్రియమైనది. ఎందుకంటే, ఆ భగవానుడు జడము చేతనము అయిన తన సృష్టి అంతటిలో దివ్యవైభవంతో వెలుగొందుతూ ఉంటాడు. నిజమైన మత భావన కలిగిన వ్యక్తికి విశ్వమానవ సౌభ్రాతృత్వంలో అక్షయమైన విశ్వాసం సహజ లక్షణం అవుతుంది. అటువంటి వ్యక్తికి అది సాధించదగిన ఉదాత్త ఆశయం మాత్రమే కాదు. అది అతడి ఆరాధనలో అంతర్భాగం. అతడి జీవితమంతా సర్వజీవుల సేవకు అంకితం అవుతుంది. భగవద్గీతలో కృష్ణ భగవానుడు ఇలా అన్నాడు.

సన్నియ మ్యేంద్రియగ్రామం సర్వత్ర సమబుద్ధయః
తే ప్రాప్నువంతి మా మేవ సర్వభూతహితే రతః॥

(భగవద్గీత 12–4)

ఎవరైతే ఇంద్రియ నిగ్రహమును సమత్వబుద్ధిని కలిగి, సకల భూతముల యొక్క హితమునందు నిరతులై ఉన్నారో, వారుకూడ నన్నే పొందుచున్నారు.

"నీవు ఎవరినీ చంపకూడదు". అన్నది క్రైస్తవమతంలోని పది ఆదేశములలో ఒకటి. "అహింసా పరమో ధర్మః"— అహింస పరమ ధర్మము- అని వైదిక ధర్మము ఉపదేశిస్తున్నది. అది కేవలం శుష్కమైన నీతి సూత్రములపై ఆధారపడిన సత్యము కాదు. విశ్వజనీనమైన ప్రేమ, భగవత్ ప్రేమ అనే సుస్థిర ప్రాతిపదికపై నిలచిన పరమసత్యం అది. పచ్చి స్వార్థం, ఈర్ష్య, వ్యక్తిగతము, వర్గపరము లేదా జాతి పరము అయిన ప్రయోజనములు అపోహలనుండి జనించిన అసహనం- వీటివల్ల కలుషితం కాని నిర్మలహృదయాల నుండిమాత్రమే ఆ భగవత్ ప్రేమ ఆవిర్భవిస్తుంది. నిరవధికమైన ప్రేమ కాంతితో వెలిగే నిజమైన భక్తుని నగుమోము తాను ఎక్కడకు వెళ్ళినా తనతో

పాటు జీవకాంతిని కొనిపోతుంది. కులము, మత సంప్రదాయము, మతోన్మాదములకు అతీతంగా- తన సంపర్కంలోనికి వచ్చిన వారందరి హృదయాలను దివ్య దీధితులతో నింపుతుంది. అటువంటి వ్యక్తి తన సమాజానికి, యావత్ ప్రపంచానికి ఒకవరం. అతడు సమక్షంలో ఉంటే చాలు- వాతావరణమంతా ఉదాత్తంగా మారిపోతుంది. ప్రేమ, సౌహార్దం, సంతోషం దశదిశలా వెల్లివిరుస్తాయి. వాస్తవానికి అతడు మూర్తీభవించిన ప్రేమ దేవత అవుతాడు. జగత్తు అంతటా ప్రేమామృతాన్ని పంచిపెడతాడు. దివ్యప్రేమ అతడి కణకణంలో తొణికిసలాడుతుంది. ఎల్లవేళలా అతడినుండి జాలువారుతూ ఉంటుంది - పరిసర వాతావరణాన్ని పునీతం ఒనరిస్తూ.

—0—

# పదునాల్గవ అధ్యాయము

## పంచోపాసన

హిందూమతంలో దేవీ దేవతలు పలువురు ఉండడం బహుదేవతా వాదం కాదు. ఆ భావనకు ఆధారం ఏకేశ్వరోపాసన తప్ప మరొకటి కాదు. ఒకే భగవానునియొక్క ఒక ప్రత్యేకమైన అంశను ఆరాధనకు స్వీకరించడంవల్ల, ఒకే భగవానునికి వేర్వేరు నామముల్ని పెట్టడంవల్ల వివిధ ఆరాధనా పద్ధతులు ఉదయించాయి. భగవానుడు ఒక్కడేనని, అతడు సర్వవ్యాపి అని, దేశ కాలములకు అతీతుడని, నామ రూపములకు అతీతుడని ప్రతి హిందువు నమ్ముతాడు. అయితే, ధ్యాన సౌలభ్యం కొరకు ఆ భగవానునికి కొన్ని రూపములు. కొన్ని నామములు ఆపాదిస్తారు. భగవానుని సృష్టిలో మానవజన్మ ఉత్తమమైనది. కనుక భగవానుని మానవ రూపంలో చిత్రించడం సహజం. భగవానుని సాధారణంగా నాలుగు చేతులతో చిత్రిస్తారు, ఆ రూపంలో దైవత్వాన్ని ప్రతిబింబచడం కొరకు. భారతదేశం అంతటా అయిదు ప్రధాన రూపములలో భగవానుని పూజ జరుగుతుంది. 1. విష్ణువు. 2. శివుడు. 3. శక్తి 4. గణపతి. 5. సూర్యుడు.

విష్ణుమూర్తి :

జగత్ ప్రభువుగా భగవానుని అంశను విష్ణుమూర్తిగా పూజిస్తారు. ఆ రూపంలో ఆయన భగవానునియొక్క మూర్తి. సిరిసంపదలకు, అదృష్టానికి దేవత అయిన లక్ష్మీదేవియొక్క దివ్యశక్తితో ఆయన జగత్తును సుస్థితిలో ఉంచుతాడు. విష్ణుమూర్తి వినీల ఆకాశం రంగులో వెలుగులు వెదజల్లుతూ ఉంటాడు. ఆకాశం యొక్క నీలిరంగు

అనంతత్వానికి సూచన. కనుక ఆ నీలిరంగు అనంతత్వాన్నీ, అదృశ్య తత్వాన్ని సూచిస్తుంది. ఆయన చతుర్భుజుడు. ఒక చేతిలో గద ఉంటుంది. అది సార్వభౌమ అధికారానికీ, ప్రకృతి నియమములయొక్క అనుల్లంఘనీయతకు ప్రతీకం. రెండవ చేతిలో పద్మం ఉంటుంది. అది అదృష్టానికి ప్రతీక. మూడవ చేతిలో శంఖం వుంటుంది. శంఖ నాదం ఓంకార నాదంవలె ఉంటుంది. న్యాయంతో దయతో కూడిన ఆయన సామ్రాజ్య ప్రకటనకు అది ప్రతీక. విష్ణుమూర్తి ఆశీస్సులకు చిహ్నంగా జలాన్ని వదిలేందుకు కూడ శంఖం ఉపయోగపడుతుంది. నాల్గవ చేతిలో సుదర్శన చక్రం ఉంటుంది. నయనాభిరామమైన ఆ చక్రం అధర్మాన్ని నాశనం చేయడానికి సదా సన్నద్ధంగా ఉంటుంది. ఆయనది నగుమోము. ఆయన పసుపుపచ్చ పంచ ధరిస్తాడు. అది జగత్తులోని భూభాగానికి ప్రతీక. తెల్ల జరీ అంచుల కటి వస్త్రం ధరిస్తాడు. అది జగత్తులోని జలభాగానికి ప్రతీక. ఆయన నాభి ఎరుపు రంగులో ఉంటుంది. అది అగ్నికి ప్రతీక. వక్షస్థలం ముదురు నీలి రంగులో ఉంటుంది. అది వాతావరణానికి ప్రతీక. ఆయన ముఖము, ఫాలభాగం మెరుస్తూ ఉంటాయి. జగత్తులోని అధ్యాత్మిక, ఆకాశ భాగానికి అది ప్రతీక. ఆయన కిరీటంలో సూర్యులు, చంద్రులు, నక్షత్రాలు మణులవలె ప్రకాశిస్తూ ఉంటాయి. ఆయన వాహనం గరుడుడు. ఆకాశం లోనికి అతివేగంగా దూసుకుపోయే శక్తి కలది. ఈ విధంగా జగత్తు అంతా ఆయన శరీరంగా చిత్రించబడింది. జపపూలలోని దారంవలె ఆయన జగత్తులోని ప్రతి పరమాణువులో పరివ్యాప్తమై ఉన్నాడు. భగవానుడు జగత్తు అంతటా వ్యాపించి ఉన్నాడు. అంతటా ప్రకాశిస్తూ ఉన్నాడు. అయినా, ఆయన స్థానం ప్రతి మానవ హృదయంలోనూ ఉన్నది. ప్రగాఢమైన ప్రేమద్వారా ఆయనను పూజించాలి. "భగవానుడు భూత వర్తమాన భవిష్యత్ కాలాలలో జగత్తుకు ప్రభువు. ఆయననుండి

దేనినీ దాచలేము. ఆయనను తెలుసుకొనే పక్షంలో, వ్యక్తి బంధనాలు అన్నింటినుండి విముక్తి పొందుతాడు. ఆయన అంగుష్ఠ మాత్రుడు. హృదయం లోపల నిర్ధూమమైన జ్యోతివలె ప్రకాశిస్తున్నాడు"- అని ఉపనిషత్తులు గానం చేస్తున్నాయి. "స్వర్గ సామ్రాజ్యం మానవ హృదయం లోపల ఉన్నది"- అంటాడు ఏసుక్రీస్తు. హృదయంలోనే ఆయన నివసిస్తాడు. హృదయంలోనే ఆయనను అన్వేషించాలి. ప్రేమతో, భక్తితో ధ్యానం చేసినప్పుడు హృదయంలోనే ఆయన వెలుగొందుతాడు.

శివుడు :

భారతదేశం అంతటా హిందూమతంలోని అన్ని సంప్రదాయాల వారూ పూజించే మరొక దైవం శివుడు. అద్వైత సిద్ధాంతం శివ తత్వానికి ఆధారం. శివుడు విశ్వచైతన్యం. ఆ విశ్వచైతన్యం యొక్క ప్రతిబింబం మనస్సుమీద పడినందువల్ల ఆత్మ జీవాత్మగా కనిపిస్తుంది. విశ్వచైతన్యం అ భగవానుడే. ఆయన ప్రతిబింబం జీవుడు. కామం, క్రోధం, భయం, మమకారం, లోభం, గర్వం, విషయవాంఛలు, జనన మరణములు, అణకువ, సంతాపం, జడత్వం, ఆకలి, దప్పిక, కోరిక, పిరికితనం, బాధ, సుఖదుఃఖములు- అన్నింటినుండి విముక్తి పొందినపుడు జీవుడు శివుడు అవుతాడు. యోగశాస్త్రంలోని ప్రతి విభాగానికీ చరమ లక్ష్యం జీవాత్మను శివునిగా సాక్షాత్కరింపజేసుకోవడం. సమాధి స్థితిలో సహస్రదళ పద్మంలో మాత్రమే ఆ సాక్షాత్కారం జరుగుతుంది. అందువల్లనే శివుడిని సమాధిలో ఉన్నట్లు చిత్రిస్తారు. కనులు మూసుకొన్న యోగీశ్వరుడుగా చిత్రిస్తారు. శివుడు సింహ చర్మంపై కూర్చొని ఉంటాడు. తన చేతులకు, మెడకు చుట్టుకొని ఉన్న విషసర్పముల సంగతిసైతం తనకు తెలియని స్థితిలో ఉంటాడు. ఘోర

విషములవంటి చెడుగులకు ఆయన అతీతుడని ఆయనయొక్క నీలకంఠం చెపుతుంది. ఆయనకు అమ్మలం ఎంత ఇష్టమో ఘోర విషములు అంతే ఇష్టము. శివుడు తన మెడలో ధరించే జపమాలలోని ఒక రుద్రాక్షవలె అవుతుంది సమాధి స్థితిని పొందిన యోగియొక్క శిరస్సు- ఆయన ఫాల భాగంలో మూడవ కన్ను ఉంటుంది. అది ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాననేత్రం. యోగియొక్క జ్ఞాననేత్రం ధ్యానంవల్ల తెరుచుకున్నప్పుడు—అది తన చూపుతో కామవాసనలను, లైంగిక వాంఛలను దహించి వేస్తుంది. ఆయన స్థిరతకూ, ప్రశాంతతకూ నెలవు. కనుకనే ఆయన శంకరుడు. అనగా శాంతి ప్రదాత. ధ్యానం ముగిసిన తర్వాత శివుడు డమరుకము మ్రోగిస్తాడు. ఆనంద తన్మయత్వంతో తాండవ నృత్యం చేస్తాడు. ఆయన వాహనం నంది. సమాధి స్థితిని పొందిన వ్యక్తి తనలో ఉన్న పశుత్వాన్ని జయిస్తాడని, తనలోని పశు భావనలను, జడత్వాన్ని, మూఢత్వాన్ని, మొండితనాన్ని అణచివేస్తాడని అది సూచిస్తుంది. కనుకనే శివుడు పశుపతి. ధ్యానంద్వారా సమాధి స్థితిని సాధించిన వ్యక్తికి ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం, లౌకిక జ్ఞానం లభిస్తాయి. అతడు ఆ జ్ఞానగంగతో మానవాళిని పునీతం చేస్తాడు. అందువల్లనే శివుడు గంగాధరుడు అయినాడు. హిమాలయాలలోని కైలాస శిఖరం ఆయనకు ఆవాసం. అక్కడ ఉన్న మానస సరోవరాన్ని దర్శించగానే వ్యక్తి ఆ ప్రకృతి రామణీయకతకు పులకించిపోతాడు. ఆధ్యాత్మికమైన ఆనంద అనుభూతిని పొందుతాడు.

యోగికి సహస్రారమే కైలాస శిఖరం. నిశ్చలమైన అతని మానసమే మానస సరోవరం. జ్ఞానమంతా గాఢమైన ధ్యానంద్వారా లభించేదే. అందువల్లనే శివుడు శాస్త్రములు, కళలు, తత్వశాస్త్రములు అన్నింటికీ మూల పురుషుడిని చెపుతారు. ఆయన యోగియొక్క హృదయంలో ప్రకాశిస్తాడు. అతడిని ఒక్కొక్క అడుగు ముందుకు నడిపి

స్తాడు. అగాధమైన జ్ఞానసాగరంలోని సూక్ష్మ విషయాలను అతడికి బోధిస్తాడు. వ్యక్తి హృదయంలో మెదడులో నివసించే నిజమైన గురువు శివుడు.

శక్తి :

యోగసాధనద్వారా, మాతృదేవత అయిన శివుని శక్తి సహాయంతో శివుడిని చేరగలుగుతాము. ఆమె శక్తిస్వరూపిణిగా, ఆదిశక్తిగా అభివ్యక్తం అవుతుంది. హఠయోగ శాస్త్రగ్రంథాలలో ఈ శక్తిని కుండలినీ శక్తిగా వర్ణిస్తారు. పరమాత్మయొక్క విశ్వజనీన అంశ అయిన ఈ శక్తి ప్రాణిలోకంలో ప్రాణిశక్తిగా వెలుగొందుతుంది. ఈ శక్తి మనస్సుపైన, శరీరంపైన, బుద్ధిపైన పనిచేస్తుంది. ప్రాణిలోకమును సృష్టించి, వృద్ధిపరచి, వికసింపజేసే సృజన శక్తి ఇది. అయితే ఈ శక్తి సాధారణంగా జీవరహితములైన ప్రకృతి నియమములకు లోబడి పనిచేస్తుంది. అందువల్ల నిద్రాణమైనదిగా పరిగణించబడుతుంది. మానవశరీరంలోని ఈ శక్తిని మేలుకొలుపవచ్చునని కడచిన అధ్యాయాలలో తెలుసుకున్నాం. తంత్ర శాస్త్రంలో, యోగశాస్త్రంలో ప్రధాన భాగం శక్తి ఉపాసన. జీవాత్మయొక్క ఆధ్యాత్మిక పరిణామంలో ఎదురయ్యే విఘ్నాలను, అవరోధాలను తొలగించి, సాధకుడిని భగవత్ సాక్షాత్కార లక్ష్యంవైపు నడిపించే మాతగా ఈ రూపంలో భగవానుని పరిగణిస్తారు. అనగా ఆమె సహాయంద్వారానే జీవాత్మ విశ్వ చైతన్యంతో, శివునితో ఐక్యంపొంది, తద్వారా పరిపూర్ణతను సంతరించుకొంటుంది. ఆమె సింహవాహిని. బలానికి, సాహసానికి, ఔదార్యానికి తీవికి ప్రతీక సింహం. ఒకవ్యక్తిలో కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు ఆమె యోగమనే సింహాన్ని అధిరోహిస్తుంది. ఆ యోగం ఆకలిగొన్న సింహమువలె గర్జించి, యోగిలోని బలహీనతలను కబళిస్తుంది.

ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ఆటంకాలు కల్పించే ఆసురీ ప్రకృతులమీద, పశు ప్రవృత్తులమీద అనేక ఆయుధాలతో యుద్ధం జరుపుతుంది. పరాశక్తి ఒక్కొక్కటిగా అన్నింటినీ నిర్జిస్తుంది. భారతదేశంలోని కొన్ని భాగాలలో అమ్మవారికి గొర్రెలను, దున్నపోతులను బలిఇస్తారు. బలి ఇవ్వడంలోని అంతరార్థాన్ని వీరు గుర్తించడంలేదు. తమ పశు ప్రవృత్తులను యోగాగ్నిలో దగ్ధంచేయడానికి బదులు - తమ పశు వాంఛలను, ఇంద్రియ వ్యామోహాలను పరాశక్తికి బలి ఇవ్వడానికి బదులు-పశువులను బలి ఇస్తారు. తమస్సు, రజస్సు, సత్వము అనే గుణములను బట్టి ఆమె మూడు రూపములుగా ఉన్నట్లు వర్ణించబడింది. సమాధిలో శివునిలో ఐక్యమై ఉన్నప్పుడు ఆమె ఋతంభర ప్రజ్ఞ అనే అతీతబుద్ధిని సృజిస్తుంది. ఋతంభర ప్రజ్ఞ అనగా సత్యజ్ఞానము. దానిని ప్రతిభ అని అనికూడ వ్యవహరిస్తారు. సూర్యోదయానికి పూర్వం ప్రసరించే ఉష్ణ కాంతివలె భగవత్ సాక్షాత్కారానికి పూర్వం ప్రసరించే ఆధ్యాత్మిక కాంతి ప్రతిభ.

గణపతి :

ఈ ప్రతిభాజ్ఞానాన్ని గణపతిగా, గణేశుడుగా నిర్వచించారు. సమాధిలో శివశక్తుల కలయికనుండి ఉదయించినవాడు కనుక అతడిని శివశక్తుల తనయుడుగా వర్ణిస్తారు. గణపతిది ఏనుగుతల. ఏనుగుతల సూక్ష్మబుద్ధిని, అత్యున్నతమైన మేధా సంపత్తిని, ఆధ్యాత్మికంగా బౌద్ధికంగా అత్యున్నత స్థాయికి ఎదిగిన పశు ప్రవృత్తి బీజాలను సూచిస్తుంది. ప్రతిభాజ్ఞానం అలవడడంతో, రిద్ధి సిద్ధి అనే అతీతశక్తులు వ్యక్తమవుతాయి. రిద్ధి, సిద్ధి గణపతి భార్యలు. గణపతి వాహనం ఎలుక. ఎలుక కుతర్కంపై ఆధారపడిన కువిమర్శకు చిహ్నం. అది సదాలోచనను, తర్కబుద్ధిని వమ్ముచేసి, బౌద్ధిక ప్రగతికి, ఆధ్యాత్మిక

ప్రగతికి అవరోధంగా నిలుస్తుంది. ఎలుక మనస్సుయొక్క చంచలతకు కూడ ప్రతీక. ఉన్నతమైన జ్ఞానాన్ని సంపాదించడానికై ఈ చంచలత్వాన్ని అణచివేయవలసి ఉంటుంది. ఏపని ప్రారంభించాలన్నా ముందుగా గణపతిని పూజిస్తారు. ఎందుకంటే బుద్ధిని అదుపుచేసే దైవాంశ అతడు.

సూర్యుడు :

సూర్యభగవానుడు బౌద్ధిక, ఆధ్యాత్మిక శక్తులు అన్నింటికి స్రోతస్సు. సూర్యగోళానికికాక-సూర్యగోళంలో ఉన్న "వెలుగులకు వెలుగు"నకు పూజచేస్తారు. "జ్యోతిషామపితజ్యోతిః." సృష్టికిమూల కారణమునకు పూజచేస్తారు.

''నీవేతప్ప నితః పరం చెరుగ''....

> సర్వధర్మాన్ పరిత్యజ్య మా మేకం శరణం వ్రజ।
> అహంత్వా సర్వపాపేభ్యో మోక్షయిష్యామి మాశుచః॥
>
> (భగవద్గీత-18-66)

సర్వధర్మములను విడిచి, నన్నొక్కనినే శరణు పొందుము. నేను నిన్ను సకల పాపములనుండియు విడిపించెదను. నీవు శోకింపకుము.

శ్రీకృష్ణ భగవానుడు చేసిన పై వాగ్దానానికి ఇస్లాంలో, క్రైస్తవంలో పోలికలు కనిపిస్తాయి. తమ పాపాలను క్షాళన చేసుకోవాలంటే మహమ్మద్ ప్రవక్తలోను, ఏసుక్రీస్తులోను శాశ్వతమైన విశ్వాసం ఆవశ్యకమని ఆ మతాలు తమ అనుయాయులకు నొక్కిచెవుతాయి.

అయితే ఒక అంతరం ఉన్నది. పై శ్లోకంలోని "నేను" అనే పదానికి హిందువు 'భగవానుడు' అని అర్థంచెపుతాడు. శ్రీకృష్ణుడు ఒకప్రవక్త కాడు, సాక్షాత్తు భగవానుని అవతారం. భగవానునిలో తప్ప మరెవరి లోనూ విశ్వాసం ఉంచకూడదని హిందువులు చెపుతారు. మహమ్మదీయులు, క్రైస్తవులు తమ ప్రవక్తలను భగవానునికి భిన్నులుగా, దేవదూతగా పరిగణిస్తారు.

ఈ అంతరం దృక్పథంలో మౌలికమైన అంతరాన్ని సృష్టిస్తున్నది. తమ ప్రవక్తలో విశ్వాసంలేని వ్యక్తులయొక్క పాపాలను భగవానుడు క్షాళనచేయడని క్రైస్తవులు, మహమ్మదీయులు భావిస్తారు. క్రైస్తవుడయినా, మహమ్మదీయుడయినా-భగవానునిలో విశ్వాసం కలిగిన ప్రతివ్యక్తీ రక్షింపబడతాడని గీతాసందేశాన్ని అందుకునేవారు నమ్ముతారు. అందువల్లనే-హిందూమతంలో వివిధములైన సంప్రదాయాలు, సిద్ధాంతాలు, కర్మకాండలు ఉన్నప్పటికీ, దాని బోధనల పరిధి అత్యంత విశాలమైనది.

—0—

# పదిహేనవ అధ్యాయము

## ఉపాసనా రహస్యం

కడపటి అధ్యాయంలో పంచదేవతల ఉపాసన వివరించబడింది. పాశ్చాత్యులు భ్రమిస్తున్నట్లు- అది బహుదేవతారాధన కాదు. ఇస్లాం, క్రైస్తవం వివిధ నామములతో ఏ భగవానుని పూజిస్తున్నాయో, ఆ భగవానునే హిందువులు పూజిస్తున్నారు. హిందువులు ఈ అయిదు రూపములలో, మరి అనేక రూపములలో, అనేక నామములతో భగవానుని పూజిస్తారు. ఈ ఉపాసనలోని రహస్యం ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

కుండలిని మేలుకొంటే తప్ప, ఆధ్యాత్మిక రంగంలో నిజమైన ప్రగతి సాధ్యపడదు. ఆధ్యాత్మిక గురువు శక్తిపాతంద్వారా దీక్ష ఇవ్వడం ఈ మేలుకొలుపునకు సులభతరమైన మార్గం. ప్రతి ఉపాసనలో— మంత్రములను శిష్యుని కుడిచెవిలో జపించడం ద్వారా సాధారణంగా శక్తిపాతం జరుగుతుంది. ఆ మంత్రములు ఆధ్యాత్మిక శక్తియొక్క బీజమును గురువునుండి శిష్యునకు అందజేస్తాయి అందువల్లనే మంత్రమును బీజము అని వ్యవహరిస్తారు. వ్యక్తియొక్క నిర్మల హృదయం అనే క్షేత్రంలో ఆ బీజమును నాటినప్పుడు- అది మొలకెత్తి ఆ మంత్రాధిదేవత రూపంలో వృక్షంగా ఎదుగుతుంది. ఉదాహరణకు- విష్ణుమంత్రం విష్ణుమూర్తి రూపాన్ని ఉదయింపజేస్తుంది. ఈ విధంగా- గురువు, ఆధ్యాత్మిక శక్తి, మంత్రము అనే త్రిపుటి ఏర్పడుతున్నది. ఇవిమూడూ తాదాత్మ్యములు. అందువల్ల- మూడింటిమధ్య విచక్షణ చూపకూడదని శిష్యునకు బోధిస్తారు. మూడింటినీ ఒకే భగవానునియొక్క మూడు అంశలుగా పరిగణించవలసి ఉన్నది. భగవానుడు గురువు శరీరంలో

నివసిస్తాడు. గురువుయొక్క ఆధ్యాత్మిక శక్తి శిష్యునికి ప్రసారం అయి నప్పుడు అది మంత్రరూపం, బీజరూపం ధరిస్తుంది. తర్వాత ఆ మంత్రంలో నిక్షిప్తమై ఉన్న ఆధ్యాత్మిక శక్తి శిష్యుని హృదయంలో మొలకెత్తుతుంది. ఆ మంత్రానికి అధిదేవతగా రూపొందుతుంది. దీక్ష పొందిన వ్యక్తికి అందుకు తగిన దివ్యశక్తులను, ఆధ్యాత్మిక సామర్థ్యా లను ప్రసాదిస్తుంది. ఆ విధంగా శిష్యునిలో ఆ దేవత, ఆయన రూపము, ఆయన శక్తులు అనే త్రిపుటి అభివ్యక్తం అవుతుంది. ఈ విధంగా గురువులోని భగవానుడు గురువుగా శిష్యునిలో అవతరిస్తాడు. నిర్గుణ పరబ్రహ్మ, శక్తిగా భగవానుడు, మంత్రంగా భగవానుడు, భగవానుడు ఒక దేవత రూపంలో శిష్యుని హృదయంలో అభివ్యక్తం కావడం, గురువుగా భగవానుడు- అనే క్రమం ఈ విధంగా ఏర్పడుతున్నది. గురువు తనలో భగవానునితో ఆధ్యాత్మిక తాదాత్మ్యాన్ని సాక్షాత్కరింప జేసుకొన్న విధంగానే, శిష్యుడు కూడ సాక్షాత్కరింపజేసుకొంటాడు. అయితే, శిష్యుడు ఎన్నడూ తన గురువుతో తాదాత్మ్యాన్ని కోరుకో కూడదు. గురువు రూపంలో ఉన్న భగవానునిగా ఆయనను ఎల్లవేళలా పరిగణించవలసి ఉంటుంది. గురువుకు, భగవానునికి మధ్య అభేదాన్ని పాటించవలసి ఉన్నట్లే, మంత్రానికీ భగవానునికీమధ్య అభేదాన్ని పాటించవలసి ఉంటుంది. ఆ విధంగానే-శక్తికీ భగవానునికీమధ్య దేవతా మూర్తికీ భగవానునికీ మధ్యకూడ అభేదాన్ని పాటించవలసి ఉంటుంది. అందువల్ల గురువు, మంత్రము, శక్తి, దేవతామూర్తులు వరుసగా గురువు శరీరంలో, గురువు వాక్కులో, గురువు ఆధ్యాత్మిక శక్తిలో, దేవతామూర్తిలో మూర్తిభవించిన భగవానుని ప్రతీకలుగా పరిగణి స్తారు.

గురువు మంత్రం అనే మాధ్యమంద్వారా తన ఆధ్యాత్మిక శక్తిని శిష్యునికి ప్రసాదిస్తాడు. మూలాధారం నిద్రాణమైన కుండలినికి స్థానం

కనుక, ఆ మంత్రం అక్కడ ప్రత్యక్షంగా పనిచేస్తుంది. దానిని వెలిగించడానికి, గతిశీలం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. మూలాధారం స్వయం భూలింగంయొక్క స్థానం. అక్కడ ఆ లింగం తన శక్తిని ప్రసరించకుండా ఉంటుంది. కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు, గతిశీలం అయినప్పుడు- ఆ లింగం గతిశీలమైన ఆ కుండలినిని ప్రసరించడం ప్రారంభిస్తుంది. అప్పుడు కుండలిని పై చక్రంలో, అనగా స్వాధిష్ఠాన చక్రంలో స్థానం ఏర్పరచుకొంటుంది. అనగా తన స్వస్థానంలోనికి వెళుతుంది. మూలాధార చక్రంలో ఉన్న స్వయంభూ లింగం స్వయంగా మంత్రమే. దాని శక్తి గతిశీలమైన కుండలినీ శక్తి. ఆమె చేసే మొదటి పని విరుద్ధమైన ప్రజనన రసములను ఏకం చేయడం. మేలుకొన్న కుండలిని వాటిని క్షాళన చేస్తుంది. వ్యక్తి హృదయంలో దివ్యరూపంలో సాక్షాత్కరిస్తుంది. మానవుని లోపల దైవత్వం యొక్క మొట్టమొదటి పూర్ణాభివ్యక్తి. అయితే, మానవత్వమునుండి దైవత్వానికి సాగే పయనంలో ఇది మధ్యంతర దశమాత్రమే. దివ్యప్రేమద్వారా, సత్ కర్మల ద్వారా కుండలినీ శక్తి పైకి వెళ్ళి విశుద్ధ చక్రాన్ని చేరుతుంది. అది క్షాళన కేంద్రం. కుండలిని అక్కడ వాక్ రూపం ధరిస్తుంది. మంత్రం (బీజం) శిష్యునిలో తన స్వస్వరూపాన్ని ధరిస్తుంది. ఈ చక్రంవద్ద కుండలినీ దేవత తన విశుద్ధ రూపంలో వెలుగులు విరజిమ్ముతూ దర్శనము ఇస్తుంది. లోపలనుండి ఆజ్ఞలను స్వీకరించి, వాటిని సాధకునికి అందిస్తుంది. మెదడులో ఉన్న సర్వసత్తాకమైన దివ్యశక్తి అదుపాజ్ఞలలో ఉంటుంది. కనుకనే, భ్రూమధ్యంలో ఉండే ఆరవ చక్రాన్ని ఆజ్ఞా చక్రం అన్నారు. ఈ చక్రం క్రిందివరకు పొందే సందేశాలు సందేహరహితములుగా ఉండవు. ఈ చక్రాన్ని దాటిన తర్వాత అవి ప్రత్యక్ష సందేశాలు అవుతాయి. శంకలకు, సందిగ్ధతలకు అతీతములు అవుతాయి. అందువల్ల ఆజ్ఞా చక్రం ఎగువన ఋతంభర ప్రజ్ఞయొక్క స్థానం

ఉన్నది. ఋతంభర ప్రజ్ఞ అనగా ఋతం (సత్యం)తో నిండిన ప్రజ్ఞ (బుద్ధి).

ఆధ్యాత్మికత అనే సూర్యోదయానికి ముందు ప్రసరించే ఉషః కాంతివంటిది ఋతంభర. ప్రతిభయొక్క వెలుగు అది. జ్ఞానమంతా అందులో ఉంది. వ్యక్త భాషలోని శబ్దములు, వాక్యములు అన్నింటికి మూలం అది. అందువల్ల మంత్రములన్నీ ఆ మూలస్థానమునుంచి వెలువడతాయి. దానిని శబ్దబ్రహ్మ అంటారు. భగవానుని "కల్మ" అంటారు. 'ఓమ్' అని దానిని ఉచ్చరిస్తారు. ఇస్లాం మత గ్రంథం ఖురాన్ కూడ 'అలమ్' అనే అక్షరాలతో ప్రారంభం అవుతుంది. ఆ అక్షరాలలో 'ల' పలకదు. ఆ మూడు అక్షరాల వివరణ ఆ గ్రంథంలో లేదు. ఇస్లాం అనుయాయులకు వాటి అర్థం తెలియదు. అయినా, అవి ఆ పవిత్ర గ్రంథం ప్రారంభంలో ఉన్నాయి. 'ల' పలకకపోవడం అంటే ఖాళీస్థలం ఉన్నదని అర్థం. వేదఋషులు ఆ ఖాళీని 'ఉ'తో పూరించారు. 'అలమ్' ఆ పవిత్ర గ్రంథం యొక్క, దివ్య ప్రేరణవల్ల లభించిన జ్ఞానంయొక్క మూలస్థానమునకు చిహ్నం. సర్వజ్ఞుడైన భగవానునికి చిహ్నం. సెయింట్ జాన్ ఈ సత్యాన్ని తన గ్రంథంలోని మొదటి పద్యంలో ఇలా ప్రకటించాడు: "ప్రారంభంలో శబ్దం ఉండెను. శబ్దం భగవానునితో ఉండెను. శబ్దమే భగవానుడు."

అందువల్ల ఆజ్ఞా చక్రానికి ఎగువన అన్ని దేవతలకు చెందిన మంత్రములు ఓంకారములో లీనం అవుతాయి. ఆ విధంగా ఓంకారం అందరు దేవతలను, అన్ని భగవన్నామములను, దైవశక్తిని ఆవాహన చేయడానికి ఉపయోగించే అన్ని మంత్రములను తనలో ఇముడ్చు కొన్నది. వాక్కు అంతా బిందువులో లీనమవుతుంది. బిందువు అను నాసిక ధ్వని. ఆపైన బిందువు నాదంలో, నాదం కళలో లీనం అవుతుంది. కళ ఆనంద తన్మయత్వం రూపంలో ఉన్న సూక్ష్మశక్తి. ఆ

కళ శాంతిగా సూక్ష్మరూపం పొందుతుంది. ఆ విధంగా ఓంకారానికి ఏడుమెట్లు ఉన్నాయి- అ, ఉ, మ్, బిందువు, నాదము, కళ, శాంతి. బిందువులో మళ్ళీ మూడు దశలు ఉన్నాయి. నాదము, కళ, శాంతి— వీటికి రెండేసి దశలు ఉన్నాయి. బిందువులో నామ రూపములకు అస్తిత్వము ఉంటుంది. నాదములో రూపరహితమైన ధ్వనులు మాత్రమే ఉంటాయి. కళలో శక్తి మాత్రమే ఉంటుంది. ఆ కళ శాంతియుతమైన ఆనందంగా, ఆ తర్వాత శాంత్యాతీతంగా పరివర్తన చెందుతుంది. ఈ నాలుగు దశలు నాలుగు విధములైన సమాధి స్థితులలో పర్యవసిస్తాయి. అవి సవికల్ప సమాధియొక్క నాలుగు దశలు. విచార, ఆనంద, అస్మితలకు సంబంధించిన దశలు ఇవి. వాటిని గురించి ఈ గ్రంథంలో ఇంతకుముందు వివరించి ఉన్నాము.

క్రియాశీలంగా కొంత సమయం శ్రమించిన తర్వాత మనస్సు విరామాన్ని కోరుతుంది. ఆ విరామంలో దానికి విశ్రాంతి లభిస్తుంది. మనస్సు సేద తీరుతుంది. బలం పుంజుకుంటుంది. మామూలు జీవితంలో దీనిని నిద్ర అంటాము. శ్రమ మరీ హెచ్చుగా ఉంటే, మనస్సు స్పృహ కోల్పోతుంది. అయితే, ప్రగాఢమైన ఏకాగ్రత తర్వాత మనస్సు సమాధి స్థితిలోనికి వెళుతుంది. వ్యక్తి తన మనస్సును ఆజ్ఞా చక్రం కన్న క్రింది చక్రాలపై లగ్నం చేసినపుడు, ఆనిద్ర మరింత ఉన్నతస్థాయికి చెందినది అవుతుంది. మనస్సు ఆజ్ఞా చక్రం పైన లగ్నం అయినప్పుడు, నిజమైన సమాధిస్థితి లభిస్తుంది.

బిందు దశలో మనస్సు నామరూపముల బాహ్యజ్ఞానమును నిలుపుకొని ఉంటుంది. అయితే, ఆ పై దశలలో అది లోపలకి ప్రవహించే ఉన్నత స్థితికి చేరుతుంది. ఈ స్థితిని అర్ధచంద్రిక స్థితి అంటారు. చంద్రుడు మనస్సుకు సంకేతం. అర్ధచంద్రిక స్థితిలో మనస్సు తన

శక్తిలో సగభాగాన్ని కోల్పోతుంది. మరింత ఉన్నత దశలలో అది సమాధిలో లీనమవుతుంది. ఈ దశను నిరోధిక అంటారు. ఆవిధంగానే నాది దశలో రూపములు తొలగిపోతాయి. వివిధస్థాయిలలో ధ్వని మిగులుతుంది. ఆ సమాధిస్థితిని మహానాద స్థితి అంటారు. కళకు లేదా శక్తికి సంబంధించిన సమాధిస్థితి వ్యాపిక. శాంతికి సంబంధించిన సమాధి స్థితి ఉన్మని. మనస్సుయొక్క శాంతియుత చైతన్య స్థితి సమని. మనస్సు ఆ సమనిస్థితి వరకే ఉంటుంది. ఆతర్వాతఉండదు. సమని అనగా మనస్సుతో కూడినది.

వివిధ మత సంప్రదాయాలు నిర్దేశించే ఆరాధనా విధానాలు అన్నింటి లక్ష్యం ఈ ఆధ్యాత్మిక సంలీనమే. మనస్సును భగవానుని యొక్క విశ్వ చైతన్యంలో పూర్తిగా విలీనం చేయడంద్వారా అది సాధ్యమవుతుంది. మానవజీవనానికి చరమలక్ష్యం ఇదే. ఆరాధనా విధానాలు వేరుకావచ్చు, కర్మకాండలు వేరుకావచ్చు, అయినా ప్రతి మతానికీ ఆశయం ఈలక్ష్యాన్ని సాధించడమే.

—0—

# పదహారవ అధ్యాయం

## గురుతత్వం, ఈశ్వరుడు

ఈశ్వరో గురురాత్మేతి మూర్తిభేద విభాగినే।
వ్యోమవద్ వ్యాప్త దేహాయ దక్షిణామూర్తయే నమః॥

ఈశ్వరుడు, గురువు, ఆత్మ అయిన దక్షిణామూర్తి వివిధ రూప ములలో విడివడి ఉన్నాడు. వ్యోమంవలె వ్యాపించిన దేహము కలవాడు. ఆయనకు నమస్సులు.

యోగి తన గురువును మూర్తీభవించిన ఈశ్వరుడుగా, తన హృదయంలో వసించే ఈశ్వరుడిని గురువుగా పూజిస్తాడు. అతనికి గురువు, ఈశ్వరుడు ఒకరే. వ్యోమంవలె (ఆకాశంవలె) శరీరంలో వ్యాపించిఉన్న తన జీవాత్మయే ఆయన. ఈ మూడు రూపములలో కాన వచ్చే దేవత దక్షిణామూర్తి. దక్షిణామూర్తి అనేది శివుని నామములలో ఒకటి. గురువుగా వ్యక్తి హృదయాన్ని అధిష్ఠించే దేవత ఆయన. ఆయన మనపూర్వులకు కూడా గురువే. కాలం ఆ గురుత్వమును ఎన్నడూ ఆటంకపరచజాలదు. యోగ దర్శనం చెపుతున్న మాట ఇది.

అందువల్ల- ఈశ్వరుడు స్వయంగా గురువు రూపంలో సాధకు లందరికీ మార్గదర్శనం చేస్తాడు. ఆయనను వ్యక్తి తన హృదయంలో సాక్షాత్కారింపజేసుకోవలసి ఉన్నది. ఆ ఈశ్వరుని సాక్షాత్కారింప జేసు కొన్నవారు గురువులుగా పనిచేయడానికి అర్హులు. గురువు శక్తిపాతం ద్వారా తన శిష్యులను ఆధ్యాత్మికమార్గంలో ప్రవేశపెట్టుతాడు. ఆయన వారిలో తన ఆధ్యాత్మిక శక్తిని నిక్షేపిస్తాడు. వారిలోపల అంతవరకు నిద్రాణంగా ఉన్న ఆధ్యాత్మిక శక్తిని మేలుకొలుపుతాడు. అందువల్ల ఆ

శక్తి సాక్షాత్తు గురువు. ఆమె ఈశ్వరునియొక్క దివ్యశక్తి. ఉపనిషత్తులు ఇలా చెప్తున్నాయి.

వారు, ఆ బ్రహ్మవాదినులు, బ్రహ్మపదార్థాన్ని తెలుసుకొన్నవారు తమ గుణముల పొరలలో దాగిఉన్న దివ్యశక్తిని ధ్యానం ద్వారా దర్శించారు. ఆయన, ఆ ఈశ్వరుడు, ఒక్కడే కాలంతో అల్లుకొన్న జగత్ కారణములు అన్నింటికీ సాక్షీభూతుడుగా నిలచాడు.

ఆ పరమాత్మ సృష్టి అంతకూ మూలకారణం. ఆమె తొలిసృజన తత్వం. ఈశ్వరుడు సాక్షీభూతుడైన సృష్టికర్త. ఆయన యొక్క దివ్య శక్తి నిమిత్తకారణం. ఇచ్ఛాశక్తి, జ్ఞానము, క్రియాశక్తి అనే మూడు శక్తులు ఆమెనుండి ఉదయిస్తాయి. దివ్య ప్రేమద్వారా, సత్‌కర్మలద్వారా శోధన పొందిన అంతరాత్మలు కలిగిన వ్యక్తుల హృదయము లోపల ఆమె వెలుగొందుతుంది. రజోగుణము నుండి, తమో గుణమునుండి జన్మించిన కామక్రోధాది అరిషడ్ వర్గములు రాజ్యమేలేచోట ఆమె దాగి ఉంటుంది. అర్జునునికి శ్రీకృష్ణ భగవానునివలె యోగికి ఆమె ఆధ్యాత్మికతా యుద్ధరంగంలో రథసారథి, మార్గదర్శి. ఆమెయొక్క క్రియారూపం ఆమెకు పీఠం. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం అయిన కుండలిని స్వయంగా ఆమె ఆవాసం. భౌతిక, అధిభౌతిక, కారణభూమికలపై ఉన్న మూడంతస్థుల భవనానికి ఆమె ఇచ్ఛాశక్తి నిర్వాహకురాలు. అందువల్ల ఆమె త్రిపుర సుందరి. ఆమె స్వయంగా అన్నింటికీ మూలకారణం. ఆమెను గురు తత్వం అని పిలుస్తారు. భవనోపనిషద్ చూడండి. *

---

* శ్రీగురుః సర్వకారణ భూతా శక్తిః। క్రియాశక్తిః పీఠమ్। కుండలినీ జ్ఞానశక్తిర్ గృహమ్। ఇచ్ఛా శక్తిర్ మహాత్రిపురసుందరీ,

సహస్రారంలో సమబాహు త్రిభుజ ఆకారంలో గురుచక్రం ఉన్నది. ఇచ్ఛాశక్తి, జ్ఞానశక్తి, క్రియాశక్తి దాని మూడు భుజములు. "పరమ-కారణ-భూతా-శక్తి "గురువుగా దాని కేంద్రంలో ఉంటుంది. ఈ మూడు శక్తులూ వేటికవి విడివిడిగా పనిచేయవు. ప్రతిశక్తి పరిధిలో మిగతా రెండు శక్తులూ అల్పశక్తులుగా పనిచేస్తాయి. క్రియాశక్తి మిగతా రెండు శక్తుల సహాయంతో ప్రాణవ్యవస్థను నడుపుతుంది. ఇచ్ఛాశక్తి అనియంత్రిత (స్వతంత్ర) వ్యవస్థను నడుపుతుంది. జ్ఞాన శక్తి బుద్ధిని, జ్ఞానవహ వ్యవస్థను నడుపుతుంది. బుద్ధి కార్యకలాపములు అన్నింటిని నిర్దేశిస్తుంది. కుండలిని నిద్రాణ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఆధ్యాత్మిక చైతన్యం భౌతికశక్తులచే ఆవరించబడి ఉంటుంది. జీవాత్మ బంధనంలో ఉన్నట్లు కనపడుతుంది. ఆధ్యాత్మిక చైతన్యపు ఉషఃకిరణాల వెలుగుతో కుండలిని మేలుకొన్నప్పుడు- ఆమె గురువుపాత్రను వహిస్తుంది. షట్చక్ర ఛేధనం పాక్షికంగా జరిగితే, ఆధ్యాత్మిక చైతన్యం పాక్షికంగా వ్యక్తమవుతుంది. గురుతత్వం పూర్ణవైభవంతో సాక్షాత్కారం కాదు. అనుమానాలు కారణంగా ఈశ్వరుని నిజతత్వంయొక్క పరిజ్ఞానం అనిశ్చితతవల్ల వికృతి పొందుతుంది. యోగియొక్క ప్రగతికి ఈ దశ పెద్ద అవరోధంగా నిలుస్తుంది ఈదశ సంవత్సరాల తరబడి కొనసాగవచ్చు.

ఒక గురువు గురుతత్వం యొక్క సంపూర్ణ వైభవాన్ని సాక్షాత్కరించుకొనిన పక్షంలో, ఆయనసుండి దీక్ష పొందే వ్యక్తులలో కూడ ఆ లోపం ఏర్పడే అవకాశం ఉన్నది. అసంతృప్తితో, అశాంతితో జీవితం వెళ్ళదీసే అవకాశం ఉన్నది. అందువల్ల సాధకుడు అటువంటి వారసత్వం తనకు సంక్రమించకుండా జాగ్రత్తపడవలసి ఉంటుంది. లేదా, మరొక గురువును వెదకవలసి ఉంటుంది. పెక్కు సందర్భాలలో సాధకునికి తనపై తనకు నమ్మకం లేకపోవడం, గురువుపై శ్రద్ధ

కొరవడడం కూడ ఇటువంటి లోపాలకు దారి తీయవచ్చు. ఎందుకంటే- సాధారణంగా ఆజ్ఞా చక్రంయొక్క పాక్షిక ఛేదనంతో గురుతత్వం వ్యక్తం అవుతుంది. హృదయంలో వాక్కులో అనుభూతం అవుతుంది. ఆజ్ఞా చక్రంయొక్క సంపూర్ణ భేదనంతో అటువంటి లోపాలు సహజంగా అదృశ్యం అవుతాయి. విశుద్ధ చక్ర బేధనంతో గురుతత్వం పరిశుద్ధం అవుతుంది. ఆ చక్రంయొక్క పేరులోనే ఆ లక్షణం సూచితం అవుతున్నది. ఆజ్ఞాచక్ర భేదనంతో, అంతర్వాణియొక్క వెలుగువల్ల కలిగే స్పష్టతతో గురువు సాధకునికి మార్గదర్శనం చేస్తాడు. అటువంటి వ్యక్తికి జ్ఞాననేత్రం అయిన మూడవ కన్ను తెరుచుకున్నదని చెబుతారు. గురుతత్వం యొక్క సంపూర్ణ అభివ్యక్తి తనలో కలిగి ఉన్న వ్యక్తి ఆధ్యాత్మిక సాధనా మార్గాన్ని కొనసాగించడంలో ఇతరులకు సమర్థుడైన గురువు అవుతాడు.

ఈ శ్వ ర త త్వ ం :

యోగదర్శనం ఈశ్వరుని ఈ విధంగా నిర్వచిస్తున్నది :

* క్లేశములు, కర్మములు, కర్మఫలములు, మనస్సుపై వాని ముద్రలు- వీనివల్ల ప్రభావితుడు కాని ప్రత్యేక పురుషుడు ఈశ్వరుడు. (1-24)

పరిధులు అన్నింటిని అధిగమించిన సర్వజ్ఞత్వము యొక్క బీజము ఆ ఈశ్వరునిలో ఉన్నది. (1-25)

---

* క్లేశకర్మ విపాకాశయైర్ అపరామృష్టః పురుషవిశేష ఈశ్వరః। తత్ర నిరతిశయం సర్వజ్ఞబీజమ్। సపూర్వేషామపి గురుః కాలేనానవచ్ఛేదాత్। తస్య వాచకః ప్రణవః।

ఆ ఈశ్వరుడు పూర్వులకు కూడ గురువు. కాలముచేత ఎన్నడూ ఛేదింపబడనిది ఆయన వ్యక్తిత్వము. (1-26)

ఆయన పేరు ప్రణవము. అనగా ఓంకారము. (1-27)

యోగదర్శనంయొక్క వివ్వచనం ప్రకారం ఈశ్వరుడు ప్రత్యేక పురుషుడు. బంధనాలలో ఉన్న జీవ పురుషులవంటివాడు కాదు. అయినా ఆయన పురుషుడే. అనగా శరీరంలో నివసించే వ్యక్తియే. అందువల్ల ఆయన జీవులందరి శరీరములలో నివసిస్తాడు. గతంలో కూడ నివసించాడు. ఆయన ఆ విధంగా నివసించని సమయం లేదు. అయితే, ఆయనకు ప్రతే కతను కల్పించే విశిష్ట లక్షణాలు రెండు. (1) వ్యక్తిగత అహంకారం కలిగి, బంధనాలలో ఉన్న పురుషులవలె ఈశ్వరుడు కూడ వ్యక్తులందరి శరీరములలో నివసిస్తాడు. అయితే, వారికి ఈశ్వరునికీ భేదం ఉన్నది. అజ్ఞానం, స్వార్థం, మమకారం, ద్వేషం, జీవితంపట్ల వ్యామోహం అనే ఐదు క్లేశములు, ఆ క్లేశముల ఫలికంగా జరిగే సత్ కర్మలు దుష్కర్మలు, వాటి ఫలితంగా కలిగే అదృష్టములు దురదృష్టములు, వాటివల్ల స్మృతిపై పడే ముద్రలు, వాటినుండి జనించే దుఃఖములు—అన్నిటివల్ల ప్రభావితుడు కాకుండా ఉంటాడు ఈశ్వరుడు. (2) ఈశ్వరుడు సర్వజ్ఞుడు. ఆయనకు భూత, భవిష్యత్, వర్తమానములు ఏకకాలంలో తెలుసు. పిపీలికాది బ్రహ్మ పర్యంతం తెలుసు. ఆయన జ్ఞానం దేశకాల పాత్రముల పరిధులను అధిగమించినది. అటువంటి ఈశ్వరుడు వ్యక్తులు అందరి హృదయాలలో గురువుగా నివసిస్తున్నాడు. ఆయన పేరు ఓమ్. ఆయన దివ్య నామమును జపిస్తే, భక్తితో గురువుగా ఆయనను ధ్యానిస్తే- ఆయన భక్తుల హృదయాల నుండి అజ్ఞాన అంధకారాన్ని తొలగిస్తాడు. గురువు అనే శబ్దానికి అర్థం అదే. గురుతత్వం ఈశ్వరునియొక్క పై లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది.

వ్యక్తి గురుతత్వాన్ని తనలో సాక్షాత్కరింపజేసుకున్నప్పుడు— ఈశ్వరుడు ఆ వ్యక్తియొక్క గురువు రూపంలో దర్శనం ఇస్తాడు. ఆ విధంగా మానవుడైన గురువును దేవత స్థాయికి కొనిపోతాడు. అందువల్ల గురుతత్వం వ్యక్తిగత గురువుకు, ఈశ్వరునికి, శిష్యునికి సంగమ స్థానం. శిష్యుడు ఒక్కొక్కసారి ఈశ్వరునితో ఏకమైన అనుభూతిని పొందుతాడు. ఒక్కొక్కసారి తన వ్యక్తిగత గురువు, ఈశ్వరుడు ఒకరే అనే అనుభూతిని పొందుతాడు. సమాధి స్థితిలో ఈ ముగ్గురూ పరబ్రహ్మలో లీనం అవుతారు.

ముండక ఉపనిషత్ జీవుని, ఈశ్వరుని ఒకే చెట్టుమీద మిత్రులుగా కూర్చొన్న పక్షుల జంటగా వర్ణించింది. అందులో ఒక పక్షి చెట్టుకు ఉన్న పండ్లు తింటున్నది. రెండవ పక్షి చూస్తూ కూర్చొన్నది తిన కుండా. ఈశ్వరుడు తన భక్తికి మెచ్చుకున్నట్లు జీవునికి కనపడితే, జీవుడు ఈశ్వరునివలె అవుతాడు. ఈ శ్లోకాలు, వాటి అనువాదం ఇలా ఉన్నాయి :

ద్వా సుపర్ణా సయుజా సఖాయా సమానం వృక్షం పరిషస్వజాతే ।
తయోరన్యః పిప్పలం స్వాద్వత్త్యనశ్నన్నన్యో అభిచాకశీతి॥
(3,1,1)

సమానే వృక్షే పురుషో నిమగ్నోఽనీశయా శోచతి ముహ్యమానః ।
జుష్టం యదా పశ్యత్యన్యమీశమస్య మహిమానమితి వీతశోకః॥
(3,1,2)

యదా పశ్యః పశ్యతే రుక్మవర్ణం కర్తారమీశం పురుషం
బ్రహ్మయోనిమ్।
తదా విద్వాన్ పుణ్యపాపే విధూయ నిరంజనః పరమం
సామ్యముపైతి॥ (3,1,3)

ప్రాణోహ్యేష యః సర్వభూతై ర్విభాతి విజానన్ విద్వాన్భవతే నాతివాదీ ।

ఆత్మక్రీడ ఆత్మరతిః క్రియావానేష బ్రహ్మవిదాం వరిష్ఠః ॥
(3,1,4)

ప్రాణస్నేహితులై ఎప్పుడూ కలసి ఉండే రెండు పక్షులు ఒకే చెట్టు పైన కూర్చొని ఉన్నవి. వాటిలో ఒకటి చెట్టు పండ్లను ఆసక్తితో తింటుండగా; మరొకటి ఏమీ తినకుండా చూస్తూ ఉన్నది. 3.1.1

ఒకే చెట్టుమీద కూర్చున్న ఆ రెండింటిలో ఒకటి జీవాత్మ. అజ్ఞానంలో భ్రమలో మునిగి తన దౌర్బల్యానికి దుఃఖిస్తున్నది. కానీ, ఆరాధనీయమైన ప్రభువైన మరొక దానిని, పరమాత్మను, దాని వైభవాన్నీ చూడగానే దాని దుఃఖమంతా తరిగిపోతున్నది. 3.1.2

స్వయం ప్రకాశమైన, సృష్టికర్తయైన బ్రహ్మకు కూడా ఆదియైన, సకల జగత్తుకు కర్తయైన, ప్రభువు అయిన పరమాత్మను సాక్షాత్కరించుకొనగనే విద్వాంసుడైన సాధకుడు పుణ్యపాపాల నతిక్రమించి నిరంజనము సర్వోత్కృష్టము అయిన ఐక్యతను చేరుకుంటాడు. 3.1.3

ప్రాణాలకు ప్రాణమై ఆ ఈశ్వరుడే సకల జీవులలో ప్రకాశిస్తున్నాడు. ఇది సాక్షాత్కరించుకొన్నవాడు వట్టి మాటలు వల్లించే పగటివేషగాడు కాక, నిజమైన విద్వాంసుడవుతాడు. అతడు నిత్యము ఆత్మయందే విహరిస్తూ, ఆత్మయందే ఆనందిస్తూ, పుణ్యకర్మలను చేస్తూ బ్రహ్మజ్ఞానులలో అగ్రస్థానం వహిస్తాడు. 3.1.4.

గురుతత్వం అని ఈ అధ్యాయంలో పేర్కొనబడిన దివ్యశక్తికి పై వర్ణన అన్వయిస్తుంది.

గురుతత్వమును సాక్షాత్కరింపజేసుకొన్న యోగి పైన పేర్కొన్న ఈశ్వర లక్షణములు అన్నింటితో తేలికగా దానిని ధ్యానించగలుగుతాడు. గురుతత్వ ప్రభావంవల్ల, తన మనస్సు హృదయము ఆ ప్రభావంతో పొంగి పొరలడంవల్ల— బ్రహ్మ పదార్థంతో తాదాత్మ్యన్ని తేలికగా సాధించగలడు.

పరమాత్మ, ఈశ్వరుడు, గురుతత్వం అనే పేర్లలో దేనితో పిలిచి నప్పటికీ— దాని సాక్షాత్కారం సాధకుని బుద్ధిలో కలుగుతుంది. నిర్మల మైన అద్దంలో వ్యక్తి ప్రతిబింబం స్పష్టంగా కనపడే విధంగా— తమో గుణంనుండి, రజోగుణంనుండి ఉదయించిన మాలిన్యాలు అన్నీ క్షాళిత మైన సాధకుని బుద్ధిలో దాని సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది. కఠోపనిషత్తుపై శంకర భాష్యం 6, 5 శ్లోకం చూడండి. "యథాదర్శే తథాత్మని..."

—0—

# పదిహేడవ అధ్యాయం

## జ్ఞానమే భగవానుడు

భగవానుడు జ్ఞానం అంతకూ ఉద్గమస్థానం. ఆయన జగత్తులోని ప్రతికణంలో పరివ్యాప్తమై ఉన్నాడు. ఆయన సర్వమును నిర్దేశిస్తున్నాడు. సర్వము తెలిసినవాడు. అయితే, ఆయనను తెలుసుకొన్నవారు లేరు. నిజానికి సృష్టిఅంతా ఆయన ప్రజ్ఞయొక్క ప్రసరణమే. అందువల్లనే భగవత్ సాక్షాత్కారం వ్యక్తిని సర్వసమర్థుడిని చేస్తుంది. సృష్టి అంతకూ సారము, ఉద్గమస్థానము, మూలకారణము భగవానుడు కనుక-ఆధ్యాత్మికతనుండి విడివడిన ప్రతి జ్ఞానశాఖ అసంపూర్ణంగా ఉండిపోతుంది. నామరూపముల వ్యక్తీకరణలన్నీ వస్తుపరమైనవి. ఆ రంగంలోని జ్ఞానంచూచే వ్యక్తియొక్క బుద్ధికుశలతమీద ఆధారపడివుంటుంది. కనుక మారుతూవుంటుంది. అందువల్ల దానిలో భ్రమ పాలు ఎంతో కొంత ఉంటుంది. కనుక దానిని "మాయ"అన్నారు.

జ్ఞానము అనగానే తెలుసుకొనే వ్యక్తి, తెలియబడే వస్తువు ఉండాలి. మన సూర్యునికన్న పెద్ద సూర్యులు, గ్రహములు, ఉపగ్రహములతో కూడిన అనంతమైన బ్రహ్మాండం ఒకే విశ్వచైతన్యంయొక్క ప్రసరణం. తెలుసుకొనే వ్యక్తి తెలియబడే వస్తువు రెండూ ఆ ఏక చైతన్యంయొక్క వ్యక్తిపరమైన, వస్తుపరమైన రూపములు. స్వప్నముల ఉదాహరణద్వారా ఈ సత్యాన్ని మరింత సులభంగా అర్థం చేసుకోగలుగుతాము. కలలలో వస్తుపరమైన రూపానికి యాదార్థ్యంలేదు. కలలలో వ్యక్తియొక్క చైతన్యం పని చేస్తున్నప్పుడు - అస్తిత్వంలోని

వ్యక్తిపరమైన అంశ, వస్తుపరమైన అంశ, తెలుసుకొనే 'నేను', తెలియబడే 'ఇది' ఏకకాలంలో ఉదయించి, గాఢనిద్రలో ఏకకాలంలో నశించిపోతాయి. వ్యక్తుల విషయంలో విశ్వచైతన్యం దేశ కాలములకు, ప్రకృతి నియమములకు తనకు తాను ఒదిగి ఉంటుంది. వ్యక్తిపరమైన జ్ఞానానికీ, వస్తుపరమైన జ్ఞానానికీ అంతరం ఉన్నదనే భ్రమను జనింపజేస్తుంది. చైతన్యం నామరూపములతో సంబంధం కలిగినపుడు వస్తుపరంగా, తన జీవాత్మతో సంబంధం కలిగినప్పుడు వ్యక్తిపరంగా పరిగణించబడుతుంది. శుద్ధచైతన్యం అయిన భగవానుడు బ్రహ్మాండంలోని ప్రతి వస్తువులోఉన్న బీజము. ప్రతి వస్తువుకు సృష్టికర్త. ప్రతి వస్తువు వెనుకవున్న చరమసత్యం. ప్రతివ్యక్తియొక్క వ్యక్తిపరమైన జ్ఞానమునకు బీజము, సృష్టికర్త. దానివెనుకవున్న చరమసత్యం. వ్యక్తియొక్క చైతన్యం విశ్వచైతన్యంలోని ఒక కిరణం. అందువల్ల విశ్వచైతన్యానికి వస్తుపర ప్రసరణం అయినది వ్యక్తి చైతన్యానికి యదార్థంగా కనపడుతుంది. ఆ విధంగా ఆత్మసాక్షాత్కారం ప్రతివ్యక్తిని సర్వజ్ఞానానికి ఉద్గమస్థానం అయిన ఒకే పరమపదమునకు కొనిపోతుంది.

ఏ రంగంలో పరిశోధన కృషి జరిపే విద్యార్థి అయినా, పరిశోధనాలయంలో ప్రకృతి పనిచేసే తీరును ప్రయోగాత్మకంగా అధ్యయనం చేస్తాడు. తాను సంపాదించే జ్ఞానం బయటనుండి తనకు వస్తున్నదనే నమ్మకం అతనికి కలుగుతుంది. తాను పరీక్షించే ప్రకృతి పరిణామాలు తనకు కావలసిన జ్ఞానాన్ని ఇస్తాయని అతడు భావిస్తాడు. తనలో అంతర్గతంగా ఉండే వ్యక్తిగత సామర్థ్యం ప్రకృతిమీద ఆధారపడి ఉన్నదని, దానిది రెండవ స్థానమని అతడు భావించడం కద్దు. అయితే, వాస్తవానికి తన అంతరాత్మ జ్ఞానం అంతకూ జనని. స్టాలిన్ గణితశాస్త్రవేత్త. ఆయన పరిశోధనాలయంలో పనిచేసిన శాస్త్రవేత్తకారు. అయినా ఆయన శాస్త్రీయ ఆలోచనలయొక్క పాత పద్ధతులలో విప్లవాత్మక పరివర్తన

తెచ్చారు. కొత్తతరం శాస్త్రవేత్తలకు కొత్త ఒరవడి దిద్దారు. ద్రవ్యం నశింపులేనిదని కొంతకాలం క్రితం భావించారు. ద్రవ్యమును శక్తిగా, శక్తిని ద్రవ్యముగా మార్చవచ్చునని ఇప్పుడు రుజువైంది. రూపములతో కూడిన భౌతిక జగత్తు అంతా ప్రాణ శక్తియొక్క ప్రకంపనముల ఫలితమని ఉపనిషత్తుల ద్రష్టలు ఆనాడే ప్రకటించారు. ఆ ప్రాణ శక్తి పరమాత్మనుంచి బహిర్గతం అవుతుందని కడచిన అధ్యాయాలలో వివరించి ఉన్నాము. ఒక వ్యక్తి నిశ్చలంగా, మెదడులో ఆలోచనలు ఏవీ లేకుండా, బయటి ప్రపంచంయొక్క తలపులు ఏవీ లేకుండా కూర్చొని ఉన్నప్పటికీ-అతనికి తన జీవాత్మయొక్క ఉనికి తెలుస్తుంది. తన జ్ఞానానికి మూలం బాహ్యప్రపంచంలోకాక తన లోపల ఉన్నదని దీన్నిబట్టి తెలుస్తుంది. ఇంద్రియములకు కాని, మనస్సుకుకాని, బుద్ధికి కాని సంబంధించిన వస్తుపరమైన జ్ఞానం ఆయా మార్గములలో వ్యక్తి చైతన్యంయొక్క ప్రవాహం మాత్రమే. ఆ విధంగా రూపొందిన వస్తు పరమైన జ్ఞానం తన చైతన్యంఅనే ఆధారంమీద అదనంగావచ్చి చేరినది మాత్రమే. ఆత్మచైతన్యం మూలబిందువు. ఆ మూలబిందువునుండి భావాలు అన్నీ వెలికివస్తాయి. మూలభూతమైన చైతన్యం బుద్ధిరూపాన్ని ధరిస్తుంది. ఆ బుద్ధిద్వారా ఆత్మనుండి వెలువడే జ్ఞానం ప్రకాశిస్తుంది. బుద్ధినికూడ వికసింపజేయవచ్చు. మానవుని బుద్ధి సాధారణంగా అసమగ్రంగా ఉంటుంది. దాని వికాసానికి, అభివృద్ధికి తగు విద్య అవసరం అవుతుంది. మనం బుద్ధిని ఒక కిటికీతో పోల్చవచ్చు. ఆ కిటికీగుండా జ్ఞానదేవత తొంగిచూస్తుంది. విద్యద్వారా, వికాసంద్వారా దానిని పెద్దది చేయగలుగుతాము. అయినా, అది దేశకాలముల పరిధిని అధిగమించజాలదు. ఆత్మ చైతన్యానికి ఇటువంటి పరిధులులేవు.

బుద్ధిగల ప్రాణులు అన్నింటియొక్క వ్యక్తిగత చైతన్యం విశ్వ చైతన్యం అనే మూల స్రోతస్సునుండి ఉద్భవిస్తుంది. మానవుని యొక్క బుద్ధి తన సహజ పరిమితులను అధిగమించజాలదు. అందువల్ల అది అసమగ్రంగా మిగిలిపోతుంది. పరిమితమైన జ్ఞానం పొరపడే అవకాశం ఉన్నది. సత్యాన్ని పూర్తిగా దర్శించలేకపోయే అవకాశం ఉన్నది. హేతుబద్ధమైన ఆలోచన సత్యాన్ని చేరుకున్నట్లు చెప్పుకో వచ్చు. అయితే, హేతువాదం తార్కికవివాదం అనే పరిధియొక్క బంధనాలను ఏర్పరచుకొని ఉన్నది. ఆ పరిధిని అది అధిగమించజాలదు. బుద్ధియొక్క ఈ పరిమితులు కారణంగా మానవుని జ్ఞానం దైవీయ విశ్వజవీనత అనే తన స్వర్గసింహాసనంనుండి పదభ్రష్టం అయింది ఆంగ్ల భాషలోని "డివైన్" అనే క్రియా పదానికి "ఊహించు" అనే అర్థం ఏర్పడింది. ఎందుకంటే, దివ్యసత్యాన్ని తెలుసుకునే ప్రయత్నం దానిలో ఇమిడి ఉన్నది. భౌతిక, సామాజిక, రాజకీయరంగాలలో, శాస్త్రాలలో కళలలో, ఆధ్యాత్మ శాస్త్రంలో తత్వశాస్త్రంలో మానవుని జ్ఞానం వేగంగా ముందడుగువేసింది. తన పరిధిని బ్రహ్మాండంగా పరిశోధించింది. పెంచుకొన్నది అయినా, అనంతమైన జ్ఞానసాగరంలో అది ఒకబిందువు మాత్రమే. బ్రహ్మాండాన్ని ఆలోకిస్తే, అందులోఉన్న అపారమైన జ్ఞాన-భాండారం మనకు అవగతం అవుతుంది. మొత్తం స్వరూపాన్ని తెలుసుకొనని పక్షంలో-ఒక శాఖయొక్క లేదా శాఖలోని ఒక భాగం యొక్క వస్తుపరమైన జ్ఞానం అసంపూర్ణంగా మిగిలిపోతుంది. ఒక చెట్టులోని ఒక కొమ్మనో, కొన్ని కొమ్మలనో తెలుసుకొన్నందువల్ల మొత్తం చెట్టుయొక్క జ్ఞానం లభించదు. ప్రాపంచికమైన కృషి, భౌతిక విజ్ఞానంలో జరిగే ప్రగతి కేంద్రంనుండి అనంతంలోనికి విస్తరించే వ్యాసార్థాలలోని ఒక వ్యాసార్థంమీదుగా సాగే అంతులేని పయనం.

ఇంద్రియములద్వారా లభించే జ్ఞానం సమగ్రమని, సరైనదని చెప్పుకోలేము. పంచేంద్రియములలో ప్రతి ఇంద్రియముయొక్క కార్య పరిధి పరిమితమైనది. ఆ పరిధినిదాటి అవి పనిచేయజాలవు. అనుమాన ప్రమాణం ఆధారంగా ఊహించి గ్రహించే జ్ఞానంకూడ పరిమితమైనదే. మైక్రోస్కోప్, టెలిస్కోప్‌వంటి యంత్రాలద్వారా చూచే శక్తిని, చూచే పరిధిని పెంచడానికి జరిగిన ప్రయత్నాలు కంటియొక్క పరిమితికి నిరూపణలు. యోగులు, ఋషులు తాము అసాధారణమైన శ్రవణ శక్తులను, దర్శనశక్తులను సంపాదించినట్లు చెపుతారు. మనకు తెలియని ఇతర జీవ భూమికలు ఉన్నాయని దీనినిబట్టి తెలుస్తున్నది.

వివిధ భూమికలలో ఉన్న జీవనం యొక్క సర్వసమగ్రమైన జ్ఞానం, నిజమైన జ్ఞానం పొందడం అసాధ్యమైన పని. సత్యాన్వేషణను అటువంటి వ్యర్థ ప్రయత్నం చేయడానికి బదులు, ఇంద్రియములనే అసమగ్రమైన పరికరాలను నమ్ముకుని పరిశోధనను దిగడానికి బదులు -ఆ ప్రయత్నాన్ని నిలిపివేసి, మన దృష్టిని అంతర్ముఖం చేయాలని పెద్దలు మనకు చెపుతున్నారు. మనం వెనుదిరుగవలసి ఉన్నది. మన మానసిక పరిభ్రమణములను నిలిపివేయవలసి ఉంటుంది. మన మనస్సును బుద్ధిని శాంత పరచి, నిలకడగా ఉంచవలసి ఉంటుంది. అప్పుడు- అంత వరకు దాగి ఉన్న ఏదో ప్రదేశం నుండి ఒక కాంతి రేఖ మెరపువలె మన హృదయాన్ని, మెదడును నింపివేస్తుంది. ఉన్నత స్థాయి ప్రేరణకు తలుపులు తెరచుకుంటాయి. యదార్ధ జ్ఞానంయొక్క కిరణం మనకు సాక్షాత్కరిస్తుంది. ఆ తర్వాత మన పయనం వ్యతిరేక దిశలో, మానవ జీవనం యొక్క యదార్ధ గమ్యంవైపు సాగుతుంది. మనలో ప్రతి ఒక్కరిలో ఎన్నడూ వన్నె తరగని కాంతి కలిగిన సూర్యుడు మన జీవాత్మగా నివసిస్తున్నాడు. జ్ఞానంతో వెలుగుతూ లోపాలు అన్నింటినీ అధిగమించిన నిత్యసత్యంగా. ఆ ప్రేరణద్వారా వ్యక్తిలో అంతవరకు

ఎరుగని కొత్త జ్ఞానదీపం వెలుగుతుంది. అభివ్యక్తం కాని దశలో ఉన్న జ్ఞానానికి స్థావరం ఆత్మ, మూర్తీభవించిన జ్ఞానం ఆత్మ. జ్ఞానానికి ఉద్గమ స్థానం ఆత్మ. ఆత్మనుండి జ్ఞానం అభివ్యక్తిని పొందుతుంది. జ్ఞానంయొక్క ఈ దశను "పరా" అని పిలుస్తారు. అనగా అతీత. జ్ఞానం. అంతకన్న క్రింది స్థాయిలో జ్ఞానం బుద్ధిగా వ్యక్తమైనప్పుడు, భావనల స్థాయిలో ఉన్నప్పుడు దానిని "పశ్యంతి" అంటారు. అనగా వెలికి చూస్తున్న జ్ఞానం. ఆలోచనల దశలో పదముల రూపంలో ఉన్నప్పుడు దానిని "మధ్యమ" అంటారు. అనగా మధ్యంతర స్థాయి చివరకు వాక్కుగా వెలువడినప్పుడు దానిని "వైఖరి" అంటారు. స్ఫూర్తి పొందిన జ్ఞానం విషయంలో "పశ్యంతి" దశలో వ్యక్తి ఉదాత్తము, దివ్యము అయిన బోధన శక్తియొక్క అనుభూతిని పొందుతాడు. మనస్సులో ఉన్నత సత్యాలు మెరుస్తున్న అనుభూతి కలుగుతుంది. సుందరమైన జ్ఞానం ఔచిత్యం ఒలికే పదాలలో వాక్కుద్వారా వెలువడుతుంది. తనలో ఒక ఉన్నత శక్తి పని చేస్తున్నట్లు వ్యక్తి అనుభూతి పొందుతాడు. సాధకుడు మరింత ప్రగతి పొందినప్పుడు స్ఫూర్తి ప్రసరణం మరింత స్పష్టం అవుతుంది. నాటకంలో తెర వెనుకనుండి సంభాషణలు అందించే వ్యక్తి వలె—తనలోపల మరొక వ్యక్తి ఉన్నట్లు అతడు గుర్తిస్తాడు. ఆ వాణిని అంతర్వాణి అంటారు. ఆవిధంగా సంపాదించిన జ్ఞానమును అంతర్ దృష్టి కలిగినది అంటారు. స్ఫూర్తి ద్వార పొందిన జ్ఞానం అస్పష్టంగా ఉంటుంది.

తమ అంతర్వాణిని విన్నామని చెప్పుకొన్న వ్యక్తులు కొందరు ఈ రచయితకు తెలుసు. మహాత్మా గాంధీ తన అంతర్వాణిని గురించి, దాని ప్రబోధాలను గురించి తరచు ప్రసంగించేవారు. తన రచనలలో ప్రస్తావించేవారు. ఆయన ఇందుకు ప్రమాణం. ఆ విధంగా అందుకొన్న

అంతర్వాణి ప్రబోధాలను సరిగా వాఖ్యానించవలసి ఉంటుంది. అర్థం చేసుకోవలసి ఉంటుంది. అప్పుడు అవి సాధకునికి తన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతిలో నమ్మదగినవిగా, సహాయకారులుగా ఉంటాయి. క్షుద్రమైన భౌతిక వాంఛలను తృప్తిపరచడంలో అంతగా సహాయకార్యులుగా ఉండవు. వ్యక్తి తన అంతర్దృష్టిని ప్రాపంచిక ప్రయోజనాలకొరకు వినియోగించడానికి ప్రయత్నిస్తే, ఫలితం అస్పష్టంగా ఉండవచ్చు. అంత సందర్భోచితంగా ఉండకపోవచ్చు. తన శ్రేయోభిలాషి. ఆప్త మిత్రుడు అయిన భగవానుని సమక్షంలో తాను ఉన్నానని సాధకుడు గుర్తించుకోవాలి.

భగవానుడు ప్రతి వ్యక్తి హృదయంలో నివసిస్తున్నాడని మత సంప్రదాయాలు దాదాపు అన్నీ అంగీకరిస్తాయి. భగవానుడు, జీవాత్మ ఒకే శరీరం కలిగిన కవల పిల్లలవలె తల్లి గర్భంనుండి ఏకకాలంలో జన్మిస్తారని ఋగ్వేదంలోని ఒక శ్లోకం చెపుతున్నది. మరొక శ్లోకంలో వారిద్దరూ ఒకే చెట్టుమీద, అనగా ఒకే శరీరంతో, నివసిస్తున్న రెండు మిత్ర పక్షులతో పోల్చబడ్డారు. ఒక పక్షి ఆ చెట్టు పండ్లు తిని బంధనంలో చిక్కుకుంటుంది. రెండవ పక్షి మమకారం లేకుండా పరిశీలన చేస్తూ ఉంటుంది. మొదటి పక్షి దైవత్వం కలిగిన రెండవ పక్షిని చూచినప్పుడు, అది బంధన క్లేశంనుండి విముక్తి పొందుతుంది. ఈ విషయమై హిందూ మత గ్రంథాలనుండి అసంఖ్యాకమైన ఉదాహరణలు చూపవచ్చు. ఈ రెండూ వేర్వేరు అనే భావం భ్రమ అని, శారీరిక చైతన్యంపై మాయ ఆవరణాన్ని తనకు తానుగా ఏర్పరచుకోవడంవల్ల కలిగిన అజ్ఞానం నుండి ఆ భ్రమ జనిస్తుందని తత్వశాస్త్రం వివరిస్తున్నది. సముద్రమునుండి అల వేరుగా కనిపించినట్లు భగవానుని నుండి జీవుడు వేరుగా కనిపిస్తాడని శాస్త్రాలు చెపుతున్నాయి. సూక్ష్మ శరీరమే, భౌతిక శరీరమే తాను అనే అజ్ఞానం చేత ఆవరించబడి ఉన్న

పరమాత్మయే జీవాత్మ అని నిర్వచించవచ్చు. ఈ అజ్ఞానం ఫలితంగా 'అహం' కారం. మమకారం, భౌతిక శరీరంపట్ల వల్లమాలిన వ్యామోహం, ఫలితంగా క్లేశభయం. మృత్యు భయం జనిస్తాయి. పర్యవసానంగా వ్యక్తి శారీరక కర్మలు, మానసిక కర్మలు ఆచరిస్తాడు. అవి సుఖ దుఃఖాలు అనే ఫలాలను ఇస్తాయి. ఆ సుఖ దుఃఖాలను జనన మరణాల పరంపరద్వారా అనుభవించవలసి వస్తుంది. అయితే, చిరంతనంగా స్వతంత్రుడు, ప్రభావితం కానివాడు అయిన అతని కవల సోదరుడు భగవానుడు ఎల్లవేళలా అతని సరసనే ఉన్నాయి.

భగవానుని మిత్రునిగా కన్న ప్రభువుగా పరిగణించడం మంచిదని పతంజలి యోగ దర్శనం చెపుతున్నది. ఆయన సదా హృదంతరంలో వసించి ఉంటారు. ఆయన జ్ఞాతృత్వము నిరుపమానమైనది. అయితే అది బీజరూపంలో ఉన్నది. అందువల్ల-ఆయనను ఆవాహన చేసినప్పుడు, అంతర్ దృష్టి ద్వారా లభించే ఉన్నత జ్ఞానం ఆయన ద్వారా లభిస్తుంది. పండ్లు, పువ్వులు, కాండము, వేళ్ల అన్నీ సూక్ష్మ రూపంలో బీజంలో ఉన్నాయి. బీజం మొలకెత్తినప్పుడు మొక్క మొలుస్తుంది. అనుకూల పరిస్థితులలో పండ్లు కాస్తుంది. హృదంతరంలో భగవానుడు బీజరూపంలో ఉన్న జ్ఞానంగా ఉన్నాడు అన్నప్పుడు, సాధకుడు ఆయనను ఆవాహన చేయాలని స్పష్టమవుతుంది. సాధకునిలోని ఆర్తి యొక్క, భక్తి తత్పరత యొక్క, శ్రద్ధయొక్క, జీవన నిర్వహణయొక్క తీవ్రతలను బట్టి కాలక్రమంలో పూర్తి ఫలితాలు లభిస్తాయి. తన లోపల భగవత్ సాన్నిధ్యాన్ని గుర్తించే చరమ దశకు సాధకుడు చేరే కొలదీ, బీజరూపంలో ఉన్న అంతర్ దృష్టితో కూడిన జ్ఞానం క్రమంగా పూర్తిగా వ్యక్తమయ్యే అవకాశం ఉన్నది.

'నీవు మట్టి బొమ్మవు. తిరిగి మట్టిలో కలసి పోతావు.' అనే మాట ఆత్మను గురించి చెప్పినది కాదని కవి అంటాడు. "అమృత పుత్రుడా, నీవు అమరుడవు. నీ వారసత్వం అమరం"- అని శాస్త్రాలు ఘోషిస్తున్నాయి.

విద్య ద్వారా- స్ఫూర్తి ద్వారా, అంతర్ దృష్టి ద్వారా సంపాదించిన భౌతికము ఆధ్యాత్మికము అయిన జ్ఞానమంతా సదా నీ సరసన ఉండే లోపలి ప్రభువునుండే ఉద్భవిస్తుంది. ఆయన భగవానుడు తప్ప మరొకడు కాడు. ఆయనజ్ఞానం అంతకూ ఉద్గమస్థానం. జగత్తుకు సృష్టికర్త నియామకుడు. సూర్యుని కిరణాలు వాటి ఉద్గమ స్థానమైన భగవానునికి ప్రత్యక్ష మార్గాన్ని కల్పిస్తాయి.అయితే, భౌతిక విజ్ఞానం తన శిష్యులకు ఆ ఉద్గమ స్థానం తెలియకుండా చేస్తుంది. అంతర్ దృష్టి ప్రారంభమైన తర్వాతనే ఆంతరిక ప్రభువు లీలగా కనిపిస్తాడు. చివరికి సాధకునికి ఆయన ప్రత్యక్షం అవుతాడు. అతని ఆత్మకు ఆత్మ ఆయన. అప్పుడు ఆ వ్యక్తికి భగవానుని ఉనికి యదార్థం అవుతుంది. ఆనోట ఆ నోట విన్న సాక్ష్యములపై ఆధారపడిన ఊహాజనితము, కల్పనామయము అయిన నమ్మకం ప్రగాఢ విశ్వాసంగా, అచంచల విశ్వాసంగా మారుతుంది. భగవత్ సాక్షాత్కారం జరిగిందనే అనుభూతి కలుగుతుంది. అయితే, ప్రకృతి శక్తుల యొక్క భౌతిక విజ్ఞానంపట్ల ఆసక్తి మనస్సును బాహ్య వ్యవహారాలపై లగ్నం చేసి ఉంచుతున్నంతకాలం వ్యక్తి పెడదారి పడుతూనే ఉంటాడు. అందువల్ల-పెడదారి పట్టడాన్ని పూర్తిగా నిలిపివేయాలి. సర్వవిధజ్ఞానములకు కుదురు అయిన ఆత్మ చైతన్యంపై దృష్టి అంతటినీ లగ్నం చేయాలి. అది ఆత్మ సాక్షాత్కారం అనే చరమ లక్ష్యానికి దారితీస్తుంది. మానవ జీవన పరమావధి అయిన భగవత్ సాక్షాత్కారం కూడ అదే.

మనం బహిర్ముఖమైన అభివృద్ధిని చూస్తున్నాం. పారిశ్రామిక, సైనికాది రంగాలలో ప్రగతిని చూస్తున్నాం. విజ్ఞానశాస్త్ర పరిశోధనలో విజయాలను చూస్తున్నాం. ఇదంతా మనిషి వేసిన ప్రణాళికల ఫలితమే. మరోవిధంగా చెప్పాలంటే, ఇదంతా మనిషియొక్క వ్యక్తిపరమైన జ్ఞానంయొక్క ప్రసరణమే. జగత్తు విషయంలోకూడ ఈ విధంగానే జరిగిఉండాలి. భగవానుడు సంకల్పిస్తాడు. సృష్టి ఆవిర్భవిస్తుంది. వస్తు పరమైన జగత్తు విశ్వచైతన్యంయొక్క ప్రసరణమే. వ్యక్తిగత చైతన్యం విశ్వచైతన్యంలో అంతర్భాగమే. అందువల్ల దానికి ప్రత్యేకమైన అస్తిత్వం లేదు.

అందువల్లనే—ఆత్మ, బుద్ధి వేర్వేరు అని యోగి గుర్తించినప్పుడు, ఆత్మ దానితోకలసి ఉన్న బుద్ధి కాదని తెలుసుకొన్నపుడు— అతనికి విశ్వజ్ఞానం లభిస్తుందని, యోగి సర్వజ్ఞుడు అవుతాడని యోగ దర్శనం చెపుతున్నది (మొదటి అధ్యాయం 49వ సూత్రంలో)ఆదశలో యోగి ఆత్మకేంద్రితుడు అవుతాడు. అతని వ్యక్తిగత చైతన్యం పరిధులు అన్నింటినీ అధిగమించి, తన ఉద్గమస్థానంలో లీనమవుతుంది. ఇది నిర్వాణదశ. జనన మరణముల శృంఖలంనుండి విముక్తి పొందిన దశ. అప్పుడు యోగి స్వస్వరూపాన్ని దర్శిస్తాడు. భగవానునితో ఏకమవుతాడు. "బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మైవ భవతి"బ్రహ్మమును తెలుసుకొన్న వాడు తానే బ్రహ్మము అవుతాడు.

ఇంతవరకు మనం జ్ఞానంయొక్క వ్యక్తిపరమైన భాగాన్ని పరిశీలించాం. అనగా జ్ఞాతను గురించి పరిశీలించాం. ఇప్పుడు వస్తుపరమైన భాగాన్ని, తెలుసుకోబడేవస్తువును పరిశీలిద్దాం. రాత్రిపూట విశాలమైన లోతైన ఆకాశంలో మిలమిల మెరిసే నక్షత్రాలు కనిపిస్తాయి. ఆయా సౌర కుటుంబాలకు అవి సౌరకేంద్రములని చెపుతారు. వానిలో

అనేకం మన సౌరకుటుంబం కన్న పెద్దవి. వాటిమధ్య దూరాన్ని కాంతి సంవత్సరాలలో కొలుస్తారు. మన భూగోళం సూర్యునిచుట్టూ ఒకసారి పరిభ్రమించడానికి పట్టే సమయంలో సెకనుకు సుమారు 1,86,000 మైళ్ళ వేగంతో ప్రయాణంచేసే కాంతిపోయే దూరాన్ని కాంతి సంవత్సరం అంటారు. ఈ నక్షత్రాలలో కొన్ని మనకు ఎంత హెచ్చు దూరంలో ఉన్నాయంటే-వాటి కాంతి మనలను ఇప్పటికీ తాకనేలేదు. అందాలుచిందే ఈ భూమండలం, దాని సంతానం, సముద్రాలు,కొండలు, వనస్పతులతోసహా-ఇదంతా ఏమిటి? ఈ నామరూపముల ప్రదర్శన అంతా గతిశీలదశలోఉన్న ఏదో ఒక విశ్వశక్తియొక్క ఫలితం. చలన రహితంగా కనిపించే ప్రతి ఇసుకరేణువు, ప్రతి రాయిలోని అణువు, ప్రతి లోహములోని అణువు చలనంలోఉన్న శక్తియొక్కసమాహారం. ఈ జగత్తు అంతా గతిశీల దశలోఉన్న శక్తియొక్క క్రియాకలాపం. అది తన స్థిర స్థితికి తిరిగి చేరుకున్నప్పుడు రూపములన్నీ అదృశ్యం అవుతాయి. శక్తియొక్క గమనమును, క్రియను నిర్దేశించే సూత్రాలు ఉన్నాయి. ఈ సూత్రాలు సనాతనమైనవి. మొక్కపోనివి. మేధస్సుతో అవి రూపొందించబడ్డాయి. అమలు జరుపబడుతున్నాయి. అందువల్ల-ఆ ప్రథమశక్తి సమగ్రము, లోపరహితము అయిన మేధస్సును కలిగి ఉండాలి. లేదా మేధస్సుకలిగిన రూపశిల్పి, నిపుణుడైన యోజకుడు దాని వెనుక ఉండాలి. మేధస్సుకు తాను అభివ్యక్త్యం కావడానికి అవసరమయ్యే చోదనశక్తి ఉన్నదని అనుకున్నప్పటికీ-ఈ పరిస్థితిలో మార్పు ఉండదు. జ్ఞానముగా భగవానుడు సర్వమేధావంతుడు. సర్వశక్తిమంతుడు అటువంటప్పుడు ప్రకృతి బుద్ధితో, మేధస్సుతో పనిచేయడం విశ్వజనీనమైన ఒక జ్ఞానంయొక్క అభివ్యక్తితప్ప వేరొకటికాదని అంగీకరించడానికి నాస్తికుడు ఎందుకు సందేహించాలి? ఆస్తికుడు దానిని భగ

వానుడు అనే పేరుతో పిలుస్తాడు. అది కేవలం నామకరణానికి సంబంధించిన వ్యవహారం మాత్రమే.

అందువల్లనే- "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ" అని వేదగ్రంథాలు వక్కాణించాయి. ఇదంతా బ్రహ్మమే. ఒకే జ్ఞానం వ్యక్తిపరంగా, వస్తుపరంగా ఏకకాలంలో తనను తాను అభివ్యక్తం చేసుకుంటున్నదని ఈ విధంగా మనం తెలుసుకోగలుగుతున్నాము. ఒక వ్యక్తి వ్యక్తి పరంగా కాని, వస్తుపరంగా కాని ధ్యానించడంలో పూర్తిగా లగ్నం అయితే-బయటి దృశ్యం, అతని వ్యక్తిత్వం రెండూ అదృశ్యం అవుతాయి. అతని చైతన్యం పరతత్వం అనే ఆదిస్థితిలో లీనమవుతుంది. అప్పుడు బుద్ధి, చోదనశక్తి ఏకకాలంలో ఏకత్వంలో లయం అవుతాయి.

# పద్దెనిమిదవ అధ్యాయం

## సింహావలోకనం

గత అధ్యాయాలలో చెప్పిన దానిని సింహావలోకనం చేయడానికి ఆత్మసాక్షాత్కారం గురించి సాధారణ పాఠకుడికి, ప్రత్యేకంగా సాధకుడికి, స్పష్టీకరించడానికి ఈ చివరి అధ్యాయంలో ప్రయత్నం జరిగింది. ఆత్మసాక్షాత్కారం అంటే ఏమిటి? జీవితంలో దానివల్ల ప్రయోజనం ఏమిటి? దానిని సాధించడం ఎలా? వ్యక్తిని అది ఏ విధంగా ప్రభావితం చేస్తుంది, ఏ విధంగా మార్చుతుంది? ఇవన్నీ సముచితమైన ప్రశ్నలు. సందర్భోచితమైన ప్రశ్నలు. వీటికి తగు సమాధానాలు ఇవ్వవలసి ఉన్నది.

విస్తృతమైన అర్థంలో ఆత్మసాక్షాత్కారం అనగా వ్యక్తి తన జీవితకాలంలో పొందగలిగే అత్యున్నతమైన పరిణామం. మరొక అర్థంలో అది మానవుడు సాధించగల అత్యున్నతమైన జ్ఞానం. ఈ రెంటిలో ఏ అర్థంలో అయినా, ఆత్మసాక్షాత్కారం అనగా మానవుని యొక్క అత్యున్నత వికాసం. ఈ అభివృద్ధి రెండు విధములు-మనస్తత్వ సంబంధము, తాత్వికము లేదా మానసికము, ఆధ్యాత్మికము.

అయితే—పైన పేర్కొన్న మనస్తత్వశాస్త్రం ఆ పేరుతో మీకు తెలిసిన దానికన్న పూర్తిగా భిన్నమైనది. మనస్తత్వశాస్త్రం ప్రస్తుత కాలంలో ఉన్నంత క్షీణదశలో చరిత్రలో ఎన్నడూలేదు. ఆ శాస్త్రం దాని మూలమునకు దూరమైంది. దాని అర్థమునకు దూరమైంది. ఫలితంగా ఇప్పుడు ఆ పదాన్ని నిర్వచించడం సైతం కష్టమవుతున్నది. అనగా—మనస్తత్వశాస్త్రం అంటే ఏమిటో, అది అధ్యయనం చేసేది

ఏమిటో చెప్పడం కష్టమవుతున్నది. చరిత్రలో మున్నెన్నడూ లేనంత హెచ్చుసంఖ్యలో మనస్తత్వ సిద్ధాంతాలు ప్రతిపాదించబడుతున్నప్పటికీ మనస్తత్వశాస్త్ర గ్రంథాలు రచింపబడుతున్నప్పటికీ - ఇది వాస్తవం. మనస్తత్వశాస్త్రం ఒక కొత్తశాస్త్రమని ఒకోసారి చెపుతారు. కనీసం పాశ్చాత్యులు అలా చెపుతారు. మనస్తత్వశాస్త్రం ఇరవైయ్యవ శతాబ్దపు శాస్త్రమని వారి అభిప్రాయం. ఇది శుద్ధ పొరపాటు. మనస్తత్వ శాస్త్రం అత్యంత ప్రాచీనమైన శాస్త్రం. పాశ్చాత్యదేశాలలో సైతం సోక్రటీసు ప్రాచీన తత్వవేత్తలలో ఒకరు. ప్రఖ్యాతిపొందిన మనస్తత్వ శాస్త్రవేత్త. మనస్తత్వ శాస్త్రానికి ఆంగ్లపదం సైకాలజీ. "సుఖి" అనే గ్రీకు పదంనుండి సైకాలజీ అనే పదం ఏర్పడింది. "సుఖి" అనగా ఆత్మ (సోల్) కాని- ఆత్మనుగురించి దాని అమరత్వమును గురించి ప్రబోధించినందుకై సోక్రటీసు విషం త్రాగవలసివచ్చింది. నాటినుండి 'సైకాలజీ' అనే పదాన్ని వాడడానికి ప్రజలు భయపడ్డారు. వారు ఇతర పదముల ముసుగులో దానిని గురించి వ్రాసినప్పటికీ.

భారతదేశంలో హఠ యోగం, లయ యోగం, రాజ యోగం, కర్మయోగం, ధ్యాన యోగం, జ్ఞానయోగం, భక్తియోగం వంటి యోగ మార్గాలన్నీ ప్రధానంగా మనస్తత్వ శాస్త్రములు. అతిప్రాచీన కాలంలో, ఆర్యుల కాలంలో అవి ప్రచారంలో ఉన్నాయి.

పాశ్చాత్య దేశాలలో, సోక్రటీసు మరణంతో మనస్తత్వశాస్త్రం తన ఆత్మను కోల్పోయింది. 'పరమాత్మ లేని మనస్తత్వశాస్త్రం ఆత్మ రహితం' అని చార్లెస్ ఫాక్స్ తన గ్రంథంలో చెప్పిన మాట అక్షరాలా నిజం. రెండవదశలో మనస్తత్వశాస్త్రం మనస్సు యొక్క అధ్యయనం అయింది. అయితే, మనస్సుకు, శరీరానికి ఉన్న సంబంధం చిక్కు ముడిగా మిగిలి పోయింది. నాటినుండి మనస్తత్వశాస్త్రం మతి

పోగొట్టుకున్నది. మూడవదశలో డెస్కార్టెస్ (1596-1650) మనస్సు చైతన్యం కలిగిన వస్తువు అని స్పష్టం చేశాడు నాటినుండి పాశ్చాత్య దేశాలలో మనస్తత్వ శాస్త్రం చైతన్యం యొక్క అధ్యయనంగా మారింది. అయితే చైతన్యం అనేది ఒక అంతఃపురం అయింది. కొత్తవారు ఎవరికీ అందులో ప్రవేశం లేకుండా పోయింది. పరిశీలకుడు ప్రవర్తనను మాత్రమే చూడగలుగుతాడు. మనస్తత్వ శాస్త్రం యొక్క వస్తుపరమైన అధ్యయనం ఇక్కడ ప్రారంభం అవుతున్నది. ఎందుకంటే, శాస్త్రీయమైన నిర్ణయం యొక్క ప్రామాణికత వ్యక్తిపరమైన అంశాన్ని తొలగించడంపై ఆధారపడి ఉన్నదని జె. ఎ. థామ్సన్ చెప్పారు. ఇది పాశ్చాత్యుల ఆధునిక మనస్తత్వ శాస్త్రం. క్లుప్తంలో చెప్పాలంటే— పాశ్చాత్య దేశాలలో మనస్తత్వశాస్త్రం మొదట తన ఆత్మను కోల్పోయింది. తర్వాత తన మనస్సును కోల్పోయింది. చివరికి తన చైతన్యాన్ని కోల్పోయింది. ఇప్పుడు దానికి మిగిలింది ప్రవర్తన."

ప్రాచీన భారతీయ మనస్తత్వ శాస్త్రం ఆత్మను అధ్యయనం చేసే శాస్త్రం. "పునర్జన్మలో, జీవాత్మ యొక్క అమరత్వంలో" దానికి విశ్వాసం ఉన్నది. రూపకాలంకారం ద్వారా వ్యక్త పరచాలంటే—" ఆత్మ రథారూఢుడైన యజమాని అని తెలుసుకో. అలాగే శరీరం రథము, బుద్ధియే సారథీ, మనస్సే కళ్ళెమూ అని గ్రహించు. ఇంద్రి

---

ఆత్మానం రథినం విద్ధి శరీరం రథమేవ తు।
బుద్ధింతు సారథిం విద్ధి మనః ప్రగ్రహమేవచ।
ఇంద్రియాణి హయానాహుర్ విషయాన్ స్తేషు గోచరాన్।
ఆత్మేంద్రియమనోయుక్తం భో క్తేత్యాహుర్ మనీషిణః॥
(కఠోపనిషత్ 3-3, 34)

యాలే గుర్రాలూ, ఇంద్రియ విషయాలే అవి పరుగులు తీసే మార్గాలూ అని అంటారు. శరీరము, ఇంద్రియములు, మనస్సులతో కూడియున్న ఆత్మవే ప్రాజ్ఞులు భోక్తగా చెపుతారు. (కఠోపనిషత్)

అందువల్ల మనస్తత్వ శాస్త్రములు, సిద్ధాంతములు అన్నీ రెండు ప్రధాన అంశములకు సంబంధించినవి కనుక, వాటిని 2 విభాగములుగా వర్గీకరించడం అవసరం. మొదటిది మానవుడిని యథాతథంగా అధ్యయనం చేయడం. లేదా తాము ఊహించుకునే మానవుడిని అధ్యయనం చేయడం. ఆధునిక మనస్తత్వ శాస్త్రం ఈ విభాగానికి చెందినది. రెండవది. మానవుడు ఏవిధంగా ఉన్నాడనే దృక్పథంతో మాత్రమే కాక, మానవుడు ఏవిధంగా కనపడుతున్నాడనే దృక్పథంతో మాత్రమేకాక— మానవుని అత్యున్నత పరిణామం ఏమేరకు సాధ్యం అనే దృక్పథంతో కూడ అధ్యయనం చేయడం. దేవాత్మ శక్తి ఈ రెండవ విభాగానికి చెందినది.

ఇక్కడ- మానవుని పరిణామం అంటే ఏమిటి ? దానికి ఏవైనా ప్రత్యేక పరిస్థితులు అవసరమా ? అనే ప్రశ్నలు ఉదయిస్తాయి.

డార్విన్ సిద్ధాంతం ప్రకారం, ఆధునిక శాస్త్రీయ సిద్ధాంతం ప్రకారం, పరిణామం అనగా — క్రింది స్థాయి జంతువులకు కూడా వర్తించే పదాలలో మానవ ప్రవర్తనలోని క్రమగతిని వివరించేందుకు, మానవుని అధమస్థాయి క్రియల ప్రకారం ఉచ్ఛస్థాయి క్రియలను వివరించేందుకు నిరంతర ప్రయత్నం. పరిణామానికి ఈ అర్థాన్ని అంగీకరించేందుకు వీలులేదు. మానవుడు గతంలో పరిణామం చెందాడనే వాదాన్ని, భవిష్యత్తులో యాంత్రికంగా పరిణామం చెందు వాదాన్ని మనం అంగీకరించలేము. యాంత్రికమైన పరిణామం అనగా — అనువంశికత సూత్రాల ప్రకారం కాని, ఇతర సూత్రాల

ప్రకారం కాని, మానవుని యొక్క ప్రయత్న పూర్వకమైన కృషి లేకుండా, దాని గమనం ఏవిధంగా ఉంటుందనే అవగాహన మానవునికి లేకుండా, తనకు తానుగా జరిగే పరిణామం.

మనకు తెలిసిన మానవుడు పరిపూర్ణుడు కాడనేది ఒక వాస్తవం. ప్రకృతి అతడిని ఒక దశవరకు మాత్రమే అభివృద్ధి పరచుతుంది. ఆ తర్వాత వదలివేస్తుంది. తన స్వయంకృషి ద్వారా మరింతగా అభివృద్ధి పొందడానికి, లేదా ఎలా జన్మించాడో అలాగే జీవించి మరణించడానికి. లేదా పతనం చెంది, దిగజారిపోయి అభివృద్ధి సామర్థ్యాన్ని కోల్పోవ డానికి. అందువల్ల ఈ దృష్టిలో మానవుని పరిణామం అనగా - తమకు తాముగా అభివృద్ధి పొందజాలనివి. ఆ కారణంగా అభివృద్ధి పొంద కుండా ఉండిపోయేవి లేదా వాటిని కలిగిన వ్యక్తి కృషి జరపక పోవడం వల్ల నిర్వీర్యం అయేవి అయిన కొన్ని ఆంతరిక గుణాలను లక్షణాలను, సామర్థ్యాలను అభివృద్ధి పరచడం. కొన్ని నిర్దిష్ట పరిస్థితు లలో మాత్రమే, వ్యక్తి తనకు తానుగా ఒక ప్రత్యేక తరహాకు చెందిన ప్రయత్నములు జరిపినపుడు మాత్రమే, ఈరంగంలో దీక్ష పొందినవారు కనీసం ఆచరణపూర్వకమైన జ్ఞానాన్ని సంపాదించినవారు అయిన వ్యక్తులనుండి తగినంత సహాయం అందినపుడు మాత్రమే ఈ అభివృద్ధి సాధ్యపడుతుందని అనుభవము, పరిశీలన చెపుతున్నాయి. కృషిలేనిదే నిజమైన పరిణామం జరగడం అసంభవం. బయటి నుండి సహాయం లేనిదే అది కష్టసాధ్యం. ఆత్మవికాస పథంలో వ్యక్తి పరి వర్తన చెందుతాడు. వ్యక్తి యొక్క జీవన విధానం మారుతుంది. మానవుడు వేరొక వ్యక్తిగా ఏఅర్థంలో మారతాడో, ఏదిశలో మార తాడో మనం తెలుసుకోవాలి. అనగా — 'వేరొక వ్యక్తి' అంటే అర్థం

ఏమిటో గ్రహించాలి. అలాగే, సామూహికమైన పరిణామం దాదాపు అసంభవమని, కనీసం అపురూపమైన అపవాదమని గుర్తించాలి. ఇది చిత్రం అనిపించవచ్చు కాని— అది మరింత అపురూపం అవుతున్నది.

పైన ప్రస్తావించిన విషయంనుండి అనేక ప్రశ్నలు ఉదయిస్తాయి. మానవునిలో ఏ యే ఆంతరిక సామర్థ్యాలను, గుణాలను, లక్షణాలను అభివృద్ధిపరచగలము? ఎలా అభివృద్ధిపరచగలము? సామూహికమైన పరిణామం ఎందువల్ల అసంభవం? మానవులందరు అభివృద్ధి పొంది విభిన్నవ్యక్తులుగా ఎందుకు మారజాలరు? ఇది అన్యాయంకాదా?

చివరి రెండు ప్రశ్నలకు సులభంగా సమాధానం చెప్పవచ్చు. మానవులు అందరూ అభివృద్ధిపొంది, విభిన్నవ్యక్తులు కాజాలరు ఎందుకంటే, వారు దానిని కోరుకోరు. ఎందుకంటే, వారికి ఆ విషయం తెలియదు. ఆ విషయం తెలిసినా, వారికి అర్థంకాదు. అటువంటి విభిన్న వ్యక్తిగా మారాలంటే, మానవుడు అభివృద్ధి పొందాలి. అతడు ఆ అభివృద్ధిని తీవ్రంగా కోరుకోవాలి. చాలా కాలంపాటు కోరుకోవాలి. వివాహసంబంధంలో, లేదా ప్రాపంచిక విజయాలరంగంలో కోరుకొన్న సాఫల్యం విషయంలో కలిగిన అసంతృప్తి ఆధారంగా, నిరాశా నిస్పృహలు ఆధారంగా ఏర్పడిన తాత్కాలికమైన కోరిక లేదా అస్పష్టమైన కోరిక తగినంత చోదనశక్తిని సృష్టించజాలదు. ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతిని సాధించాలంటే, వ్యక్తి గాఢమైన కోరికను దీర్ఘకాలం పెంపొందించుకోవలసి ఉంటుంది. తనకు ఏది లభించవచ్చు, అందు కొరకు తాను ఏది ఇవ్వవలసి ఉంటుంది- అనే విషయంలో వ్యక్తి యొక్క అవగాహనపై అతడి పరిణామం ఆధారపడిఉంటుంది. వ్యక్తి దానిని కోరుకొనని పక్షంలో, లేదా ఆ కోరిక తగినంతబలంగా లేక అతడు అందుకు తగినకృషి జరపనిపక్షంలో—అతడు ఎన్నడూ అభి

వృద్ధి పొందదు. ఇందులో అన్యాయం ప్రశ్నలేదు. వ్యక్తికి తాను కోరనిది ఎందుకు లభించాలి? ఒక వ్యక్తికి రావలసింది రాకుండాచేస్తే, కోరుకొన్నది లభించకుండా చేస్తే-అది అన్యాయం. ఇదివేరు అలాగే-అస్పష్టమైన కోరిక, వాచాలత్వం వాదనా పటిమ గ్రంథాల అధ్యయనం చర్చకొరకు చర్చ జరపడం - ఇవేవీ వ్యక్తికి ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని అందించజాలవు. * ముండకోపనిషత్తు ఇలా చెపుతున్నది. "గొప్ప ఉపన్యాసాలు ఇవ్వడం చేతగాని, చాలా శాస్త్రాలు అధ్యయనం చేయడంవల్ల గాని, ఎన్నో గూఢార్థాలు మహాత్ములవద్ద వినడంవలన గాని ఆత్మప్రాప్తి జరగదు"

ఇక—"ఆత్మసాక్షాత్కారం అంటే అర్థం ఏమిటి?" అనే మొదటి ప్రశ్నకు క్లుప్తమైన సమాధానం ఇది. క్రియ, దృష్టి, మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారము అనే లక్షణములతో కూడిన భౌతిక, సూక్ష్మ శరీరములకు భిన్నమైనది వ్యక్తియొక్క జీవాత్మ. అది విశుద్ధమైనస్థితిలో పూర్తిగా దివ్యమైనది. వ్యక్తిగతమైన సత్‌పదార్థాన్ని విశ్వజననీ సత్ పదార్థంతో ఏకం చేయాలనేలక్ష్యం కలిగినది ఆత్మసాక్షాత్కారం. స్వయంకృషితో పాటు సద్గురు కటాక్షం మేళవించిన పరిణామాత్మక ప్రక్రియ అది. అత్యున్నతమైన అభివృద్ధి అది. అపురూపమైన కొందరు వ్యక్తులలో తనను తాను అభివ్యక్తం చేసుకొన్న విశ్వమానసం మాత్రమే సాధారణ స్థాయిలోఉన్న వ్యక్తులతో అనుబంధం ఏర్పరచగలుగుతుంది. అటువంటి అపురూపవ్యక్తిని "గురువు"అంటారు. అభివ్యక్తమైన భగవానుడు గురువు.

ఇక్కడ మరొక ప్రశ్న ఉదయిస్తుంది. ఆత్మసాక్షాత్కారం

---

*నాయమాత్మా ప్రవచేన లభ్యో న మేధయా న బహునా శ్రుతేన।
(ముండకోపనిషత్ 3-2-3)

కొరకు ఈ అనవసర ప్రయాస ఎందుకు? జీవితంలో దీని ఉపయోగం ఏమిటి? సమాధానం స్పష్టమే. మానవుడు పరిపూర్ణుడా? అతనికి మరింత జ్ఞానం లభించే అవకాశాలు ఇక లేవా? తనకు మనశ్శాంతి లోపించిందని వ్యక్తి తన హృదంతరంలో భావిస్తాడు. దేనికోసమో వెంపరలాడు తాడు. అది ఏమిటో తెలియకుండా అది ఎక్కడ లభిస్తుందో తెలియ కుండా భౌతికమైన సుఖభోగములు, ప్రాపంచికమైన విజయములుఎన్ని లభించినా, ఆ మనశ్శాంతి లభించడంలేదని బాధపడతాడు. ఇది అందరికీ అనుభవంలోఉన్న విషయం. మనలోపల వసించిఉన్న దివ్యతత్వాన్ని సాక్షాత్కరింపజేసుకోవడంద్వారా వ్యక్తిగత చైతన్యానికీ, విశ్వచైత న్యానికి మధ్యగల అంతరాన్ని పూరించినపుడు మాత్రమే ఆ మనశ్శాంతి లభిస్తుంది. ఆ వెలితి నిండుతుంది. తట్టు, (నీ హృదయంలోపల ఉన్న స్వర్గ) ద్వారం నీకొరకు తెరుచుకుంటుంది-అంటాడు ఏసుక్రీస్తు.

ఆత్మసాక్షాత్కారమనే ఈ పరిణామాన్ని సాధించడం ఎలా? ఈ పరిణామానికి అవసరమైన ముఖ్యనిబంధనలు ఏవి? ఈ పరిణామానికి సాధనామార్గములు ఏవి?—అనే ప్రశ్నలను పరిశీలిద్దాం.

మానవుడు తనలో ప్రస్తుతంలేని కొత్తగుణాలను, కొత్త శక్తు లను సంపాదించేపక్షంలో ఇది సాధ్యపడుతుంది. మానవుడు తనకుతాను తెలుసుకోవడంలేదు. తాను స్వయంగా ఒక సంక్లిష్టమైన యంత్రమునని మానవుడు తెలుసుకోవాలి. బాహ్యప్రభావములు, బాహ్యచోదనలు కార ణంగా కదలడం ప్రారంభించిన యంత్రం అతడు. అతని కదలికలు, క్రియలు, పదములు, ఆలోచనలు, భావనలు, మనోదశలు, సంకల్ప ములు అన్నీ బాహ్య ప్రభావములవల్ల ఉత్పన్నం అవుతున్నాయి. మాన వుడు తనకు తానుగా కదిలేయంత్రం. గత అనుభవాల స్మృతులసంపుటి, నిల్వగాఉన్న కొంతశక్తి కలిగినయంత్రం. తెరవెనుక ఉన్న అసలు

మనిషి, అనగా జీవాత్మ, ఏ పనీ చేయడు. కాంతివలెనే, జీవాత్మ శరీర యంత్రంయొక్క క్రియలను ప్రతిబింబిస్తుంది. అయితే, మానవునికి ఈ గుర్తింపుఉండదు. పనిచేసే సామర్థ్యం తనకు ఉన్నదని మానవుడు భావిస్తాడు. మానవుడు తాను చేస్తున్నానని అనుకునే ప్రతి పనీ నిజానికి దానికదిగా జరుగుతుంది. వర్షం కురిసినట్లు, వడగళ్లు పడినట్లు. ఆంగ్ల భాషలో మానవుని క్రియలకు సంబంధించిన వాడదగిన భావక్రియారూపములు లేవు. అందువల్ల మనం—"మానవుడు ఆలోచిస్తాడు, వ్రాస్తాడు, ప్రేమిస్తాడు, ద్వేషిస్తాడు, యుద్ధాలు ప్రారంభిస్తాడు, పోరాడతాడు" అని చెపుతూఉంటాం. నిజానికి అదంతా జరుగుతుంది. మానవుడు తనకు తానుగా కదలలేడు, ఆలోచించలేడు, మాట్లాడలేడు. ప్రకృతిలోని భౌతికసూత్రములు, మానసికసూత్రములు అని మనం చెప్పుకొనే అదృశ్యమైన త్రాళ్ళద్వారా ఇటూ అటూ లాగబడే తోలుబొమ్మ మానవుడు.

బ్రహ్మపదార్థం లేక భగవానుడు సృజనాత్మకమైన విశ్వశక్తికి ఉద్గమస్థానం. ఆ విశ్వశక్తి జడము చేతనము అయిన సృష్టికి మూల కారణం. వైదికవాఙ్మయంలో దానిని ప్రాణము అని పేర్కొన్నారు. భౌతికవస్తువులు, మానసికవస్తువులు రెండింటియొక్క ఉపాదానకారణం రూపంలో విశ్వచైతన్యమును లేదా జీవశక్తిని ప్రాణం అభివ్యక్తం చేస్తుంది. అనగా—అది ఒకవైపున మనస్సు, బుద్ధి మొదలైన రూపములు ధరిస్తుంది. మరొకవైపున భౌతికమైన ఎలెక్ట్రాన్‌లు, పరమాణువులు మొదలైన రూపములు ధరిస్తుంది, ప్రాణులు అన్నింటిలో చైతన్యం విశ్వచైతన్యానికి భిన్నమైనదికాదు, విశ్వప్రాణ శక్తి లేదా చైతన్యవంతమైన జీవశక్తి వ్యక్తిగతమైన కాలువలలోవలె క్రిందకు ప్రవహిస్తుంది. అంత మాత్రమే అందువల్ల, తన జీవాత్మను తెలుసుకోవడంలో వేసే ప్రతిఅడుగు క్రొత్త సామర్థ్యాలను, ఉన్నతమైన కార్య

శక్తులను సంపాదించడానికి ప్రోద్బలాన్ని ఇస్తుంది. స్ఫూర్తిద్వారా పొందిన జ్ఞానం ఇందుకు తోడవుతుంది. ఈ స్ఫూర్తిని స్థూలంగా అంతర్వాణి అంటారు. సర్వశక్తిమంతమైన మాతృచైతన్యాన్ని క్షణ కాలం దర్శించగలిగితే చాలు, మనస్సు ఆ మాతృ చైతన్యం వైపు ప్రసరిస్తే చాలు. జీవశక్తి అనే అమృతం వ్యక్తిలో ప్రవేశిస్తుంది. ఆ జీవశక్తి వ్యక్తి యొక్క కార్య సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. వ్యక్తిత్వ బలాన్ని పెంచుతుంది. ఇచ్ఛా శక్తిని ఇనుమడింపజేస్తుంది. ఉన్నత స్థాయి చైతన్యం మేలుకొన్నందువల్ల కలిగే ఫలితాలు ఇవన్నీ.

ప్రతి ప్రాణికీ ఒకజీవాత్మ ఉన్నది*. జీవాత్మ అహంకారమును సృష్టించింది. అహంకారం యొక్క శాఖలు ఆలోచనల ద్వారా విస్తరిస్తాయి. అనంత సంఖ్యలో వస్తువులు ఉదయించి అదృశ్యమయ్యే లక్షణం కలిగిన జగత్తును దర్శించడంద్వారా ఆలోచనలురూపములుగా, వస్తువులుగా అభివ్యక్తం అవుతాయి. చైతన్యం జీవాత్మ యొక్క లక్షణం లేదా అభివ్యక్తి. ఆ చైతన్యం ఏదేని ఒక వస్తువువైపు నిర్దేశించ బడినపుడు, అది వస్తుపరం అవుతుంది. అయినా ఎన్నడూ ఆత్మ చైతన్యం నుండి విడిపోదు. వస్తుపరమైన చైతన్యం మారుతూ

---

*అణోరణీయాన్ మహతోమహీయాన్ ఆత్మాస జంతోర్ నిహితో గుహాయామ్। సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన అణువుకంటే చిన్నదీ బ్రహ్మాండాని కంటే ఘనమైనదీ అయిన ఆత్మ ప్రాణుల హృదయాలలోనే ఉన్నది (కఠోపనిషత్-20.)

అంగుష్ఠ మాత్రః పురుషో మధ్య ఆత్మని తిష్ఠతి। బొటన వ్రేలి పరిమాణం గల పురుషుడు ఈ శరీరంలో నివసిస్తూ ఉన్నాడు (కఠోపనిషత్-12.)

ఉంటుంది. ఆత్మ చైతన్యం మారదు. చైతన్యం అనే పదమును మామూలు భాషలో బుద్ధి అనే పదానికి సమానార్థకంగా వాడుతూ ఉంటారు. మానసిక క్రియ అనే అర్థంలో- నిజానికి, చైతన్యం మానవునిలో మానసిక వ్యాపారానికి అతీతమైన ఒక ప్రత్యేకమైన స్పృహ. మొట్టమొదట తనను గురించిన స్పృహ. తాను ఎవరో, తాను ఎక్కడ వున్నాడో, తనకు తెలిసింది ఏమిటో, తెలియనిది ఏమిటో మొదలగు విషయాల స్పృహ చైతన్యం యొక్క అత్యున్నతదశలో మానసికమైన రాగ ద్వేషముల, భయముల స్మృతి గాఢతరం అవుతుంది. ఇతర సమయాలలో వ్యక్తికి అసలు గుర్తే ఉండదు. చైతన్యానికి కనపడేవి, పరిశీలించగలిగినవి అయిన హెచ్చు తగ్గులు ఉన్నాయి. వ్యక్తి తన లోపల వాటిని తప్పక చూడగలుగుతాడు. పరిశీలించగలుగుతాడు. మొదట కాల పరిమితి కనపడుతుంది. ఆ తర్వాత తరచుదనం, గాఢత్వం యొక్క పరిణామం కనబడతాయి.

ప్రత్యేకమైన ప్రయత్నాల ద్వారా, ప్రత్యేకమైన అధ్యయనం ద్వారా చైతన్యమును నిరంతరమైనదిగా, అదుపు చేయదగినదిగా చేయగలుగుతాము. మానవునికి చైతన్య దశలు నాలుగు ఉన్నాయి. జాగృత, స్వప్న, సుషుప్తి, జాగృత స్థితి (మేలుకొన్న స్థితి) లో ఆత్మ చైతన్యం, వస్తుపరమైన చైతన్యం రెండూ ఉంటాయి. అయితే, మామూలు వ్యక్తి చైతన్యం అంటే వస్తుపరమైన చైతన్యం అని అర్థం చేసుకొంటాడు. మానవునికి ఈ నాలుగు చైతన్య స్థితులలో ఉండే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, అతడు ఆచరణలో రెండు చైతన్య స్థితులలో మాత్రమే నివసిస్తున్నాడు. అతని జీవితంలో ఒక భాగం నిద్రలో, మరొక భాగం "మేలుకున్న స్థితి" అనబడే స్థితిలో గడుస్తుంది. నిజానికి, మేలుకున్న స్థితికి, నిద్రాస్థితికి మధ్య తేడా చాలా కొద్ది అయినా.

అయితే, మానవుడు ఈ రెండు స్థితులను ఎలా గుర్తిస్తాడు, ఎలా అనుభూతి పొందుతాడు లేదా ఎలా అర్థం చేసుకుంటాడు—అన్నది ప్రశ్న. మానవుడు తన విషయంలో వస్తుపరంగా మారిన స్థితి ఆత్మ చైతన్య స్థితి. ఇంద్రియములద్వారా, కలల ద్వారా, కల్పన ద్వారా, వ్యక్తి పరమైన చైతన్య స్థితులద్వారా ఇపుడు తనసుండి వేరయిన వాస్తవిక ప్రపంచంతో లేదా వస్తుపరమైన ప్రపంచంతో మానవుడు సంపర్కంలోనికి వచ్చిన స్థితి వస్తుపరమైన చైతన్య స్థితి. ఆత్మ చైతన్య స్థితిలో మనం మనలను గురించి, అనగా జ్ఞాత (తెలుసుకునే వ్యక్తి) యొక్క పూర్ణ సత్యాన్ని మనం తెలుసుకో గలుగుతాము. వస్తుపరమైన చైతన్య స్థితిలో మనం జగత్తు అంతటి గురించి పూర్ణ సత్యాన్ని తెలుసుకోగలుగుతాము. జ్ఞేయమును (తెలుసుకొనదగినదానిని) గురించిన జ్ఞానం ఇది. వ్యక్తి తన వ్యక్తిగత చైతన్యాన్ని అధిగమించి విశ్వ చైతన్య శిఖరాలకు చేరుకొన్నపుడు— అతడు తాను ఏది తెలుసుకోవాలని తలుచుకుంటే అది తెలుసుకోగలుగుతాడు. తన చైతన్యం యొక్క క్రింది దశలో జగత్తు మానవునికి ఎంత దూరంలో ఉంటుందంటే, ఆతడు దానిని గురించి సరైన పద్ధతిలో కనీసం ఆలోచన అయినా చేయలేడు. పూర్తిగా అభివృద్ధి పొందిన ఆత్మ చైతన్య స్థితిలో మాత్రమే వస్తుపరమైన చైతన్యం యొక్క అంశ అయినా దర్శించ గలుగుతాము. అయితే, ఆత్మ చైతన్య స్థితి దీర్ఘకాలం నిలచి ఉండాలంటే, మనం అందుకొరకు ఇచ్ఛా శక్తితో, క్రియా శక్తితో కృషి చేయవలసి వుంటుంది. ఇందుకొరకై మానవుడు తనపై అదుపును, అధికారమును సంపాదించవలసి ఉంటుంది. ఆత్మ చైతన్యమును సంపాదించాలంటే, మానవుడు శ్రమించి పని చేయాలి. దీర్ఘకాలం పని చేయాలి*.

ఈ రెండు స్థితుల మధ్య గల విభేదాలను అర్థం చేసుకోవడం, అనుభూతిలోనికి తెచ్చుకోవడం ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి ఆధారం. ఆత్మ సాక్షాత్కారం ప్రాణి యొక్క అత్యున్నత పరిణామము.

వివిధ మత సంప్రదాయాలు, అవి నిర్దేశించే వివిధ పూజా పద్ధతులు ఎందుకు ఏర్పడ్డాయో, అవి ఫలితాలను ఎందుకు సాధించాయో మనం ఇపుడు అర్ధం చేసుకోగలుగుతాం. నిద్రా—చైతన్యాన్ని సాపేక్ష చైతన్యాన్ని దాటి వెళ్ళలేని వ్యక్తి ఉన్నత స్థాయికి చెందిన వస్తుపరమైన, వ్యక్తి పరమైన చైతన్య స్థితులను చేరుకొనే పద్ధతులను తనను తానుగా కనుగొనలేడు. అంతేకాదు. నిద్ర దానికది ఒక ఆటంకం అవుతుంది. ఎందుకంటే, నిద్రలో అజ్ఞానం ఆత్మ చైతన్యాన్ని ఆవరిస్తుంది. పెద్దలను కాని ఉన్నత స్థాయి వ్యక్తులను కాని అడిగి తెలుసుకోవలసినదిగా శాస్త్రాలు సలహా ఇస్తున్నాయి*. సాధకునికి ఒక పాఠశాల అవసరమని దీని అర్ధం. పాఠశాలలు ఉన్నది వాటి అవసరం ఉన్న వారి కొరకు, వాటి అవసరం తమకు ఉన్నదని తెలిసికొన్న వారి కొరకు మాత్రమే. పాఠశాల అనే భావనకు మానవ పరిణామంలో అతి ప్రముఖమైన స్థానం ఉన్నది. అటువంటి పాఠశాలలు భారతదేశంలో అతి ప్రాచీన కాలం నుండి పనిచేస్తూ వచ్చాయి. పాఠశాల లేనిదే పరిణామం సాధ్యపడదు. వ్యక్తి తన పయనానికి ప్రారంభమయినా చేయలేడు.

---

*సత్వపురుషాన్యతాఖ్యాతి మాత్రస్య సర్వభావాధిష్ఠాతృత్వం సర్వజ్ఞాతృత్వం చ । (పాతంజలి యోగదర్శనం 3–49.)

*ఉత్తిష్ఠత జాగ్రత ప్రాప్యవరాన్నిబోధత। లేవండి! మేలుకోండి! శ్రేష్ఠులైన ఆచార్యులను ఆశ్రయించి ఆ ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకోండి. (కఠోపనిషత్ – 14)

ఎందుకంటే, ఎలా ప్రారంభించాలో అతనికి తెలియదు. పయనాన్ని కొనసాగించడం, ఏదైనా సాధించడం అనే ప్రశ్న ఉదయించదు.

కబీరు, తుకారాం వంటి సంతులు భక్తిమార్గం ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందారు. ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని సాధించడానికి అత్యంత సులభమైన మార్గం, తిరుగులేని మార్గం భక్తిమార్గం. "సర్వ ధర్మములను విడిచి, నన్నొక్కనినే శరణు పొందుము" అని శ్రీకృష్ణ భగవానుడు అర్జునునితో చెపుతాడు.[1] పతంజలి సైతం ఆత్మ సాక్షాత్కారానికై "భక్తి" అవసరమని ప్రకటిస్తాడు.[2] ఎటువంటి మినహాయింపులు లేకుండా భగవానుని పూర్తిగా శరణు పొందటం ద్వారా స్వల్పకాలంలో ఉన్నత స్థాయి పరిణామమును పొందినవారు ఎందరో ఉన్నారు. ఆరు నెలల లోపల వ్యక్తి ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందగలడని మైత్రి ఉపనిషత్తు చెపుతున్నది. అందుకు కావలసింది భక్తి యొక్క తీవ్రత. షెల్లీ వ్రాసిన ఈ క్రింది పద్య పాదములను బట్టి అతడు ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తి అని అనిపిస్తుంది.

మానవ చేతన అనే గుహ అంతర్భాగంలో వున్నది
ఒక దివ్య సుందర విగ్రహం సింహాసనస్థమై.
దాని చుట్టూ తిరుగాడే సాహస భావనలు
దానిని ఆరాధిస్తాయి, మోకరిస్తూ వణికిపోతాయి.
దాని అస్తిత్వం యొక్క ఔజ్వల్యాన్ని ధరిస్తాయి.
స్వప్నాభమైన వాటి ఆవరణలోకి దూసుకుపోతుంది ఆ వెలుగు
దాని బలం వాటిని ఆవహించే వరకు.

---

1. సర్వధర్మాన్ పరిత్యజ్య మా మేకం శరణం వ్రజ।
(భగవద్గీత18–66)

2. ఈశ్వరప్రణిధానాద్వా। (పాతంజలి యోగదర్శనం1–23)

ఈ కృతిలో కుండలినీ శక్తియొక్క జాగరణ ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందే మార్గం వివరించబడింది. ఆ మార్గాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి మరికొన్ని విషయాలు తెలుసు కోవడం అవసరం.

అనంతమైన విశ్వంలో, దానిలోని సృష్టిలో ఉన్న మూలతత్వం చిత్ శక్తి. అది సర్వవ్యాప్తి అయినది. దానిని ప్రాణశక్తి అంటారు. ఈ విశ్వమంతా ప్రాణశక్తి యొక్క భౌతికము, మానసికము అయిన స్పందన తప్ప వేరు కాదు. విశ్వమంతా సృష్టించబడిన తర్వాత మిగిలిన శక్తి శేషశక్తి హైందవ పురాణాలు దానిని శేష నాగముగా, అనంతునిగా, ఆదిశేషుడుగా వర్ణిస్తున్నాయి. ఇది బ్రహ్మ యొక్క శేష శక్తి. ఈ శేష శక్తి సకల విశ్వమునకు,జడము చేతనముఅయిన సమస్త సృష్టికి ఆధారము. అనంతమైన చిత్ శక్తి విశ్వంలోని నానావిధ రూపములు ధరించినప్పటికీ అనంతంగానే మిగిలి ఉంటుంది.[1] గర్భోపనిషత్ పిండము యొక్క ఉత్పత్తిని, గర్భంలో శిశువుయొక్క పెరుగుదలను వివరిస్తున్నది.[2] ఏడవ నెలలో జీవుడు మాడు (బ్రహ్మరంధ్రం) ప్రవేశిస్తాడని చెప్పింది. శిశువుయొక్క మాడు వద్ద చర్మము పలచగా ఉండడం, నాడి కొట్టుకున్నట్లు అది కొట్టుకోవడం ఇందుకు నిదర్శనంగా చూపుతారు. అది గట్టిపడడానికి కొన్ని నెలలు పడుతుంది.

---

1. ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే। పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావిశిష్యతే॥

2. స ఏతమేవ సీమానం విదార్యైతయా ద్వారా ప్రాపద్యత। సైషావిదృతిర్నామ ద్వాస్తదేతన్నాన్దమ్।

(ఐతరేయోపనిషత్ 3-12)

ఆ విధంగా జీవుడు పైనుండి వస్తాడు. మాడుగుండా ప్రవేశిస్తాడు. శరీరం అంతటా వున్న వేలాది నాడులద్వారా పని చేస్తాడు. అందువల్ల సత్యశోధకుడు బ్రహ్మరంధ్రం వద్ద ఉండే సహస్రారం చక్రంపై కేంద్రీకరించాలి - తన మూలమును తిరిగి పొందడానికి. శరీరాన్ని సృష్టించిన తర్వాత ప్రాణశక్తి మూలాధార చక్రంవద్ద పాము చుట్టు కున్నట్లు చుట్టుకొని ఉంటుంది. అది కుండలినీ శక్తి. ఆ శక్తి వెన్నెముక మధ్యలో ఉన్న సుషుమ్న నాడిద్వారా పైకి వెళ్ళి సహస్రార చక్రంవద్దకు చేరుకొన్నప్పుడు వ్యక్తికి సమాధి స్థితి లభిస్తుంది. వ్యక్తి సహస్రారంపై మనస్సును కేంద్రీకరిస్తే, సమాధి స్థితిలోని ఆనందానుభూతి లభించి తీరుతుంది. అయితే వాసనలు నశించవు. అందువల్ల యోగి సమాధినుంచి మేలుకొనక తప్పదు. అతడు సహస్రారంనుండి "జీవనాడి" ద్వారా హృదయానికి దిగివస్తాడు. జీవనాడి సుషుమ్న యొక్క కొనసాగింపు మాత్రమేనని శ్రీరమణ మహర్షి చెపుతారు. శిశువు జన్మించే సమయంలో ప్రాణశక్తి యొక్క అధోముఖ ప్రయాణం, కుండలినీ శక్తిగా దాని ఊర్ధ్వముఖ ప్రయాణం - ఇదే కుండలినీ శక్తియొక్క రహస్యం. కుండలినీ శక్తి ఎగువకు ప్రయాణం ప్రారంభించినప్పుడు కుండలిని మేలుకొన్నదని చెపుతారు. క్రమబద్ధంగా దీర్ఘకాలం మనస్సును కేంద్రీకరించడం ద్వారా ఈ శక్తి మేలుకొలుపబడుతుంది. అయితే- ఇది జరగడం బహు అరుదు. సాధకుడు ఇందులో కృతకృత్యుడయినా, తరచు అతడు ప్రమాదకర పరిస్థితులలో తనకు తానుగా చిక్కుకుంటాడు అందువల్ల బహు అరుదయిన అసాధారణ సందర్భాలలో తప్ప- ఈ శాస్త్రంలో నిష్ణాతులైన వ్యక్తుల సహాయాన్ని పొందటం తప్పని సరి అవుతుంది. అటువంటి వ్యక్తి గురువుగా వ్యవహరిస్తాడు. గురువును ఆశ్రయించడంవల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు అనేకం

రెండు ప్రయోజనాలను ఇక్కడ పేర్కొంటాము. సాధకుని కృషిలో ఎదురయ్యే ప్రమాదాలనుండి, కష్టాలనుండి గురువు అతనిని కాపాడ తాడు. సాధకుడు ఎదుర్కొనే అవరోధాలను అన్నింటినీ గురువు తొల గించగలడు. అయితే, గురువు ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని సాధకునికి బహు మతిగా ఇవ్వడు. చేయూత ఇస్తాడు. అంత మాత్రమే. సాధకుని కృషి యొక్క తీవ్రత, శ్రద్ధయొక్క తీవ్రతలే ప్రధానంగా అతనిని సిద్ధ పురు షునిగా చేస్తాయి. గురువువల్ల కలిగే రెండవ ప్రయోజనం ఏమంటే- గురువు దీక్ష ఇవ్వడం ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కార సాధనను వేగతరం చేయడంలో సాధకునికి తోడ్పడతాడు.

పాత్రత కలిగినవారికి; ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలనే తీవ్ర మైన ఇచ్ఛ కలిగినవారికి మాత్రమే గురువు దీక్ష ఇస్తాడు. దీక్ష ఇవ్వ డానికి అనేక పద్ధతులు ఉన్నాయి. హస్తదీక్ష అనగా గురువు తన చేతిని శిష్యుని తలపై ఉంచి దీక్ష ఇవ్వడం. అలాగే, స్పర్శ దీక్ష. చక్షు దీక్ష (చూపు ద్వారా దీక్ష ఇవ్వడం), సంకల్ప దీక్ష (కేవల సంకల్పంద్వారా దీక్ష ఇవ్వడం) ఉన్నాయి.

సాధకుడు వివిధ యోగ చక్రములను గురించిన సమగ్ర పరిజ్ఞా నాన్ని కలిగి ఉండడం కూడ అవసరం. నేటి మానవ శరీర శాస్త్రం సమగ్రమైన శాస్త్రం కాదంటే ఆశ్చర్యం కలుగవచ్చు. అయినా అది ఒక వాస్తవం. అందువల్ల మనకు తెలియని చక్రముల అధ్యయనాన్ని మనం పరిశీలించగలిగిన ఆ చక్రములయొక్క క్రియలతో ప్రారంభించ వలసి ఉంటుంది. శరీరశాస్త్రవేత్తలు అంగచ్ఛేదము ద్వారా ఈ చక్రము లను కనుగొనజాలరు. ఎందుకంటే, వానిలో భౌతికతత్వంకన్న సూక్ష్మ తత్వం హెచ్చు. అయితే, వాటి క్రియలయొక్క ప్రభావాన్ని భౌతిక శరీరంలో గమనించవచ్చు. చక్రములలో అతి ముఖ్యమైనవి ఆరు :

(1) మూలాధారం (2) స్వాధిష్ఠానం (3) మణిపూరం (4) అనాహతం (5) విశుద్ధం (6) ఆజ్ఞాచక్రం- ఈ చక్రముల చిత్రములు కడచిన అధ్యాయాలలో ఇవ్వబడ్డాయి. ఈ చక్రములకు నాడులు అనే శక్తి ప్రవాహములతో సంబంధం ఉన్నది. రెండు చక్రముల మధ్య సంబంధాన్ని జోడించే ప్రవాహం నాడి. యోగంలోని నాడులు ధమనులుకాని, శిరలు కాని, నరములు కాని కావు. సర్ జాన్‌వుడ్ రాఫ్ వివరించిన విధంగా- అవి సూక్ష్మశక్తికి కాలువలు. అందువల్లనే - ఎంత నిపుణంగా శవపరీక్ష జరిపినప్పటికీ, నేటి శస్త్రవైద్యునికి "ఇడ" "పింగళ" లభించవు. అందువల్లనే ఆధునిక శాస్త్రవేత్తలు యోగశాస్త్రాన్ని, నాడులను అవహేళన చేయడం కద్దు. నాడిని మామూలుగా నరమని వ్యవహరిస్తారు. కాని, నిజానికి అది భౌతికమైనది కాదు-సూక్ష్మమైనది. రెండు రేడియో కేంద్రముల మధ్య "వైర్‌లెస్" ప్రసారం ఉన్న విధంగా- మానవ శరీర వ్యవస్థలో ప్రాణశక్తియొక్క వివిధ కార్యకలాపాలకు సంబంధించిన అసంఖ్యాకములైన కేంద్రములు, ఈ కేంద్రములను జోడించే కంటికి కనిపించని సూక్ష్మప్రవాహములు ఉన్నాయి. ఆ కేంద్రములను పద్మములని, చక్రములని, ఆ ప్రవాహములను యోగ పరిభాషలో నాడులని పేర్కొంటారు. సుబాలోపనిషత్తులో ఇవి వివరించబడింది*.

ఆధునిక శస్త్రవైద్యుడు మృతదేహాన్ని కోయడంద్వారా ఈ చక్రములను కనుగొనజాలడు. ఎందుకంటే, అవి తుదిశ్వాసతోపాటు అదృశ్యం అవుతాయి. ఆధునిక శస్త్రవైద్యుడు తన వైఫల్యాన్ని ఒప్పుకోవలసిందే. ఎందుకంటే, ప్రాణశక్తియే ఎగిరిపోయిన తర్వాత ఆ

---

* స్థానాని స్థానిభ్యో యచ్ఛతి నాడీ తేషాం నిబంధనమ్॥

ప్రాణశక్తి ప్రవాహంయొక్క కేంద్రములు మృతదేహంలో ఎలా కని పిస్తాయి? విద్యుచ్ఛక్తిని ప్రసారంచేసే ముఖ్యకేంద్రం చెడిపోతే, ఉప కేంద్రములపని ఆగిపోవడం ఖాయం.

శక్తిపాతం (దివ్యశక్తియొక్క అవరోహణ)ద్వారా సాధకునికి దీక్ష ఇవ్వబడినప్పుడు, కుండలిని మేలుకొంటుంది. మూలాధారంలో కలిగే "స్ఫురణ"లేదా స్పందనవలన అది సూచితం అవుతుంది. స్ఫురణ అనగా కొన్ని కేంద్రాలలో కలిగే వర్ణనకు అందని ఒక విధ మైన స్పందనలేక ప్రకంపనం. భయం కలిగినప్పుడు, తీవ్రమైన ఉద్రే కం కలిగినప్పుడు స్ఫురణ కలుగుతుంది. అయితే, మేలుకొన్న కుండ లినియొక్క స్ఫురణ ఆనందప్రదమైనది. మామూలు వ్యక్తి విషయంలో స్ఫురణ పూర్వకారణాలకు సంబంధించి ఉంటుంది. శరీరంతో ముడిపడి ఉంటుంది, దీక్షలో స్ఫురణ కలిగితే, లేదా సాధకుడు ధ్యానంలోఉన్న సమయంలో స్ఫురణ కలిగితే-ఆత్మసాక్షాత్కారం కొంతవరకు జరిగిం దనడానికి అది స్వచ్ఛమైన, స్పష్టమైనచిహ్నము. మనస్సు "స్ఫురణ" పై లగ్నమైతే, అది నిరంతరం కొనసాగుతున్న అనుభూతి కలిగితే, అది తీవ్రతరమైతే, శారీరక కార్యకలాపాల రూపంలో అది వ్యక్త మయితే-అది ఆత్మసాక్షాత్కారం. ఆనందప్రదమైన స్ఫురణ సాక్షాత్కా రానికి తొలిదశ. ఆనందం జీవాత్మలోపలనుంచి ఉదయిస్తున్న అనుభూతి వ్యక్తికి కలుగుతుంది. అందువల్ల అది ఆత్మకు భిన్నమైనదికాదు. అయితే. ఆ అనుభూతి పొందుతున్నవ్యక్తి అది బయటినుండి వస్తు న్నట్లు భ్రమపడతాడు. తాను ఒక తెర అని, వ్యక్తి వస్తువు దానిమీద ప్రసారం అవుతున్నాయని వ్యక్తి భావిస్తే-భ్రమకు అవకాశం ఉండదు. అతడు వాటి ఉదయాన్ని, అస్తమయాన్ని ఆత్మకు ఎటువంటి అలజడి లేకుండా గమనిస్తూ ఉంటాడు. వ్యక్తిపరత్వమే మిగిలిఉండే ఈ స్థితిని "పూర్ణ ఆనందం బ్రహ్మం, పూర్ణశాంతి, ఆత్మకు సంబంధించిన శాంతి"

అని వర్ణిస్తారు. పెక్కు సందర్భాలలో మేలుకొన్న కుండలినివల్ల సాధకుడు నివ్వెరపోతాడు. భయభ్రాంతుడు అవుతాడు. అయితే, కుండలినీ శక్తి మానవునిలోని దివ్యాగ్నికణం. అందువల్ల అది మానవునిలోఉన్న జీవాత్మలో అంతర్భాగం. కుండలిని దివ్య మాతృశక్తి. కన్నతల్లిని మించిన వాత్సల్యంతో అది వ్యక్తిని కాపాడుతుంది. కార్యరూపంలో ఉన్న కుండలినిని యోగశాస్త్రంలో క్రియాయోగం అంటారు.

ఆత్మసాక్షాత్కారానికి ఉపయుక్తమైన ప్రక్రియలు ఇంతవరకు క్లుప్తంగా, స్పష్టంగా వివరించబడ్డాయి. అయితే ప్రక్రియకాని, పరికరం కాని, ఎన్నడూ తనకు తానుగా పనిచేయజాలదు. అందువల్ల ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని పొందాలనే శ్రద్ధకలిగిన వ్యక్తి సాధనద్వారా, ధ్యానం ద్వారా క్రమబద్ధంగా దీర్ఘకాలం కృషిచేయవలసి ఉంటుంది. శ్రవణ, మనన, నిధిధ్యాసనలు దానికి ఉపాంగములు.

ముగించేముందు-ప్రారంభంలో అడిగిన ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పడం అవసరం-"ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందినవ్యక్తి విభిన్న వ్యక్తి ఎలా అవుతాడు?''.

ఎండమావిలోని నీళ్లు ఎడారిలోని ఇసుకలో ఒక్క రేణువునయినా ఎన్నడూ తడపలేవు. ఆ విధంగానే—ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తి ఈ జగత్తులో తనయొక్క కేవల "ఉనికి''ని అనుభూతి పొందుతాడు. వ్యక్తులను, వస్తువులను ప్రతిబింబించే తెరవంటి వాడు అతడు. తెరమీద వ్యక్తులు, వస్తువులు వచ్చిపోతూ ఉంటాయి. తెర మాత్రం అలాగే ఉంటుంది. దేశకాలముల పరిధులవల్ల అతడు పరిమితుడుకాడు. అతనికి కాలము భూత భవిష్యత్తు వర్తమానములనే విభజన లేని నిరంతర ప్రవాహం. అతని భౌతికశరీరం ఇక్కడ ఉంటుంది. అతడు ఇక్కడ ఉండడు. అతడు ఎన్నడూ తానూ తన శరీరమూ ఒకటే అని

భావించడు. "నేను ఈ శరీరమును కాను. ఈ శరీరము నాది'' [1] అనే సత్యాన్ని అతడు గుర్తిస్తాడు.

అయితే, ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందినవ్యక్తి తన కర్తవ్యములను ఎన్నడూ ఉపేక్షించడు. అతడు తన విధ్యుక్తధర్మమును ధర్మముకొరకే నిర్వహిస్తాడు. అందులో అతడు ఆశించేది ఏదీ ఉండదు. తాను గెలుపొందినా, ఓడిపోయినా ఒకటే అతడికి. గెలుపు అతడికి సంతోషాన్ని ఇవ్వదు. ఓటమి అతనికి విచారం కలిగించదు. భగవద్గీతలో అతడిని చక్కగా వర్ణించారు. [2]"యోగులు ఫలాసక్తిని విడిచి దేహము, మనస్సు, బుద్ధి, ఇంద్రియములు మొదలగువానిద్వారా ఆత్మశుద్ధి నిమిత్తమై కర్మలను చేయుచున్నారు'' ఆత్మసాక్షాత్కారంపొందిన వ్యక్తి జ్ఞాత, జ్ఞేయముకూడ.

శ్రీ స్వామి రమణమహర్షి జీవితంలోని ఒక సంఘటన ఉన్నది. ఆయన ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తి సిద్ధపురుషుడు. ఆయన మానవరూపంలో అభివ్యక్తం అయిన భగవానుడు.

డాక్టర్ రాజేంద్రప్రసాద్ స్వరాజ్య సమరంరోజులలో 1942లో రమణమహర్షి ఆశ్రమాన్ని దర్శించారు. స్వరాజ్య సమరానికి మహాత్మా గాంధీ నాయకత్వం వహిస్తున్నరోజులు అవి. స్వరాజ్య సమరంలోని

---

1. దేహోఽస్మినాహం మమ దేహ ఇతిస్మర।
2. కాయేన మనసా బుద్ధ్యా కేవలైరింద్రియైరపి।
యోగినః కర్మ కుర్వన్తి సంగం త్యక్త్వాత్మశుద్ధయే॥
(భగవద్గీత 5-11)

బహిరంగ ఉపన్యాసాలనుగురించి, ఇతర కార్యకలాపాలను గురించి తమ అభిప్రాయం చెప్పవలసిందిగా రాజేంద్రప్రసాద్ రమణ మహర్షిని అడిగారు. "బహిరగంగా ఉపన్యాసాలు, భౌతికమైన కార్యకలాపాలు, భౌతికమైన సహాయం-వీటి అన్నింటికన్న ప్రపంచంలోని మహాత్ముల మౌనం బలవత్తరమైనది'' అని మహర్షి సమాధానం చెప్పారు. ఆశ్రమం నుండి వెళ్ళిపోయే సమయంలో రాజేంద్రప్రసాద్ మహర్షిని అడిగారు—మహాత్మాగాంధీకి ఏదైన సందేశం ఇవ్వమని. మహర్షి మరు క్షణంలో ఇలా సమాధానం చెప్పారు—"హృదయం హృదయంతో మాట్లాడేటప్పుడు సందేశం ఇవ్వడానికి ఏమి ఉంటుంది?'' ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందిన వ్యక్తి విభిన్న వ్యక్తి ఎలా అవుతాడో ఇందువల్ల స్పష్టమవుతుంది.

బైబిల్‌లోని "ఐ ఏమ్ దట్ ఐ ఏమ్'' (ఎక్సోడస్ మూడవ అధ్యాయం) మత గ్రంథాలలోని "అహం బ్రహ్మాస్మి'' "సోహమస్మి'' అనే సూక్తులకు సజీవ ప్రతిబింబం ఆత్మసాక్షాత్కారంపొందిన వ్యక్తి.

—)o(—

రాఘవేంద్ర ప్రింటింగ్ వర్క్స్. విజయవాడ-11